Alice
Cucina
MARZO 2015 - € 4,50
FABIO CAMPOLI
VOLA
COLOMBA
SALATA
VOLA
100 RICETTE
16 SCUOLE DI CUCINA
Menu d'occasione
PASQUA A SORPRESA,
FAGOTTINI DI PASTA FRESCA,
AGNELLO DI FESTA,
TORTE RUSTICHE DI TRADIZIONE
Supergolosità
LE UOVA DI CIOCCOLATO
RIPIENE ALLE CREME
Viva le donne
UN BUFFET TUTTO
AL FEMMINILE
Fritto e contento
INVOLTINI PRIMAVERA
D'AUTORE
Dolci
SFINCI DI SAN GIUSEPPE,
CANNOLI SICILIANI,
GENOVESI ALLA CREMA
€ 4,50
ISSN 9772035103001
50003
9 772035 103001
BE € 7,50 - LUX € 7,20 - PTE CONT. € 7,50 - CH CT 11,00 CHF
CUCINA - STILE - ITINERARI - RICETTE - SAPORI - IDEE

Io gnammete e tu

In nome della tradizione pasquale, colomba sia! Ma anche un po' casatiello, o tortano, pizza pasqualina, al formaggio, eccetera… Perciò, ecco la soluzione (l'uovo di Colombo, tanto per rimanere in tema): la colomba salata! Un'idea pratica e d'effetto, sia su una tavola apparecchiata a festa, in versione decorativa, che può essere spizzicata durante il pasto; sia per la classica gita fuori porta, in confezione perfetta per l'asporto. Prima, però, si può organizzare il party dell'8 marzo, alla maniera della nostra cuoca a domicilio: buffet a tema – le ricette associate ai profili di donne illustri – eseguito con stile e sapienza, estro, funzionalità e soprattutto con un piccolo budget di spesa. La fantasia non manca neppure alle proposte di Daniele Persegani, che gioca sul tema dell'uovo con sorpresa al contrario, ricettando golosità con l'uovo dentro. La sorpresa ce l'hanno anche i deliziosi fagotti di pasta fresca ripieni della nostra "sfoglina" Cristina Lunardini, romagnola doc in grado di rivisitare con brio qualsiasi piatto tipico. La stagionalità e la tradizione pasquale sono rispettate, ma interpretate con creatività, anche nel capitolo carni: animali da cortile e agnello, coniglio, suino o cinghiale, preparati con salse vellutate e contorni eleganti e gustosi. Per non parlare delle uova di cioccolato del chocolatier Gianluca Aresu. Servite in monoporzione, sono farcite di creme, mousse e semifreddi che ne fanno degli scrigni di golosità assoluta. Non che finiscano qui le proposte, classiche e non (vedi anche i cannoli siciliani o il "cacio bavarese"): ma cosa c'è di più divertente di sfogliare Alice Cucina in fatto di gastronomia? Beh, una cosa ci sarebbe… preparare le sue ricette, naturalmente!

La Redazione

Foto di S. Censi

MENU MARZO '15

LA NOSTRA CUCINA

COVER
Foto di Daniela Di Rienzo; styling di Maria Grazia Lonza

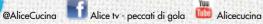
LE RUBRICHE

I PROTAGONISTI DI QUESTO NUMERO

Tantissime ricette di **ANTIPASTI, PRIMI PIATTI, SECONDI, CONTORNI, PIATTI UNICI, DOLCI E DESSERT.** E ancora: **CUCINA PER BAMBINI, SINGLE, COPPIE, VEGETARIANI.** E tutte le notizie sulla **NUOVA STAGIONE TELEVISIVA di ALICE.**

L'ITINERARIO

INDICE RICETTE A PAG. 10
INDIRIZZI UTILI A PAG. 188
INDICE ALFABETICO RICETTE A PAG. 189

GRUPPO LT MULTIMEDIA

REDAZIONE
via Tiburtina 924, 00156 Roma
tel. +39 06.43.22.42.19 fax +39 06.43.22.47.14
staff.alicemagazine@ltmultimedia.tv

DIRETTORE RESPONSABILE
Valter La Tona

VICEDIRETTORE
Giulia Macrì - *giulia.macri@ltmultimedia.tv*

CAPOREDATTORE
Francesco Monteforte Bianchi - *francesco.monteforte@ltmultimedia.tv*

REDAZIONE
Emanuela Bianconi - *emanuela.bianconi@ltmultimedia.tv*

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Luisa Sbroscia - *luisa.sbroscia@ltmultimedia.tv*

GRAFICA
Francesca Ottaviano - *francesca.ottaviano@ltmultimedia.tv*
Fabrizio Giannese, Nicoletta Micheli, Alessia Carrozzi, Antonella Aravini

HANNO COLLABORATO
Gianluca Aresu, Felicetta Argentino, Monica Bianchessi, Rosanna Bisi, Fabio Campoli, Michele Chinappi, Maria Elena Curzio, Giovanni Gandino, Susy Grossi, Roxana Mara Liche, Cristina Lunardini, Giuseppe Nocca, Cristiano Nosari, Gianluca Nosari, Daniele Persegani, Massimo Piccheri, Mattia Poggi, Luisa Sbroscia, Sergio Maria Teutonico, Lele Usai

FOTO
Elisa Andreini, Antonella Aravini, Raffaella Calzoni, Silvia Censi, Claudia Cucinelli, Daniela Di Rienzo, Marina Della Pasqua, Angela De Santis, Alberto Favara, Maria Grazia Lonza, Luca Lupori, Massimiliano Rella, Sabrina Rossi

LT EDITORE srl
Società controllata da LT Multimedia spa

LT MULTIMEDIA spa
via Tiburtina 924, 00156 Roma
tel. +39 06.43.22.41- fax +39 06.43.22.47.14

Presidente: Maurizio Senese
Vice Presidente: Corrado Azzolini
Vice Presidente: Luciano La Tona
Amministratore Delegato: Carlo Gianani
Relazioni Esterne: Giacomina Valenti - *giacomina.valenti@ltmultimedia.tv*
Ufficio Stampa: Cristina Ruscito - *cristina.ruscito@ltmultimedia.tv*

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA
LT PUBBLICITÀ srl
Sede Milano - via Boccaccio, 4 - 20123 Milano
tel. +39 02.55.410.829 - fax +39 02.55.410.734
Sede Roma - via Tiburtina, 924 - 00156 Roma
tel. +39 06.43.224.436 - fax +39 06.43.224.757

DIREZIONE COMMERCIALE
Area Centri Media - Key Client
Luciano Pedrini - *luciano.pedrini@ltmultimedia.tv*
Area Clienti
Paolo Tosetti - *paolo.tosetti@ltmultimedia.tv*

AREA TEMATICA E TERRITORIALE
Raffaele Taliercio - *raffaele.taliercio@ltmultimedia.tv* - tel. +39 02.55.41.08.15

STAMPA
Grafica Veneta S.p.A.
via Malcanton, 2 - 35010 Trebaseleghe (Pd)
tel +39 049.9319911- fax +39 049.9385760
www.graficaveneta.com

DISTRIBUZIONE ITALIA
M-DIS Distribuzione Media spa
via Cazzaniga, 19 - 20132 Milano
tel. +39 02.25.821

DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE
JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA spa
via Valparaiso, 4 - 20144 Milano
tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30

Numero 3 - Anno VIII - Marzo 2015
Reg. Trib. Roma N° 305/2008 del 18 Settembre 2008

FINITO DI STAMPARE Febbraio 2015

SERVIZIO ABBONAMENTI E ARRETRATI
Informazioni: tel. 039 99.91.541- fax 039 99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

Così Com'è
datterino giallo
al naturale
Così Com'è
datterino rosso
al naturale

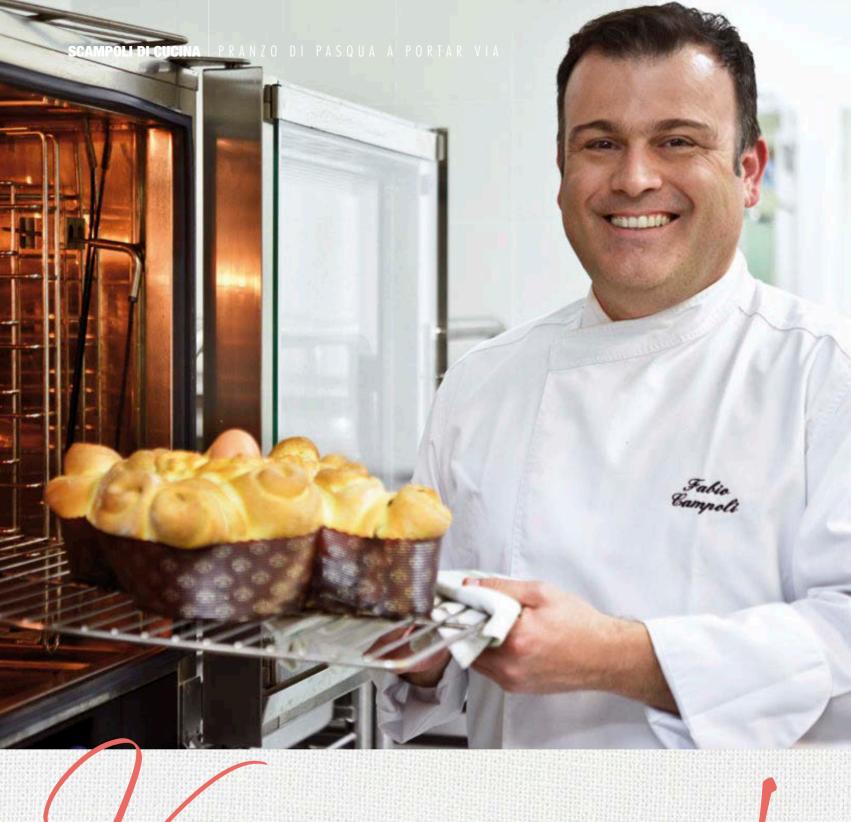
ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI

PIZZE PANE E TORTE SALATE

SALSE

DOLCI E DESSERT

VOLA COLOMBA!

UNA COLOMBA IN VERSIONE SALATA? È L'IDEA VINCENTE, GUSTOSA E RICCAMENTE FARCITA DI FABIO CAMPOLI, DA PORTARE (O SERVIRE) A UN PRANZO DI PASQUA DOVE OGNI PORTATA SI TRASFORMA IN UNA SORPRESA GOLOSA!

a cura della redazione; ricette di **FABIO CAMBOLI** - foto di **DANIELA DI RIENZO**; styling di **MARIA GRAZIA LONZA E VIRGINIA GIUSTI**

PER UNA PASQUA INDIMENTICABILE, ECCO UNA COLOMBA SALATA ARRICCHITA CON VERDURE, FORMAGGI E SALUMI, CHE SBOCCIA IN FORNO COME UN FIORE CHE ANNUNCIA PRIMAVERA

Colomba di rose salata
(pag. 16)

Colomba di rose salata

Ingredienti (per 2 colombe)

per l'impasto
500 g di farina 00 (più altra per spolverizzare)
500 g di farina 0
150 g di lievito madre
10 uova; 10 g di sale
15 g di lievito di birra fresco
100 g di parmigiano grattugiato
100 g di pecorino grattugiato
2 g di pepe; olio extravergine

per la farcitura
500 g di asparagi già saltati
250 g di olive taggiasche
350 g di salame corallina
60 g di erbette miste (mentuccia, aneto, timo limonato)

vi servono inoltre
1 uovo; burro fuso
mandorle già pelate
1 ciuffo di alloro

1 PREPARATE L'IMPASTO

In una planetaria lavorate le uova con il lievito di birra; aggiungete le farine e proseguite a lavorare. Unite il sale, il pepe e il lievito madre, e lasciate impastare: al termine dovrete ottenere un impasto elastico e omogeneo. Incorporate infine i formaggi grattugiati. Coprite e lasciate lievitare l'impasto in frigorifero per almeno 8 ore. Dividete l'impasto in dodici palline da circa 150 g l'una (per realizzare una colomba serviranno sei panetti). Coprite e lasciate riposare per 35 minuti.

2 RIVESTITE LO STAMPO CON LE ERBE

Tritate al coltello le erbette fresche. Aiutandovi con un pennello, imburrate bene lo stampo per colomba. Quindi cospargetelo con le erbette tritate e rivestitelo in modo uniforme (il burro farà da collante).

3 STENDETE LE PALLINE DI IMPASTO E UNGETE LE SFOGLIE

Con le mani o con un matterello stendete ogni pallina di impasto su un piano di lavoro, spolverizzato con poca farina; formate cinque lunghe lingue di forma rettangolare (circa 25x15 cm). Stendete l'impasto utilizzando meno farina possibile e a uno spessore di circa un cm. Tenete da parte il sesto panetto. Spennellate le lingue d'impasto con un po' di olio: vi servirà a ottenere un effetto più sfogliato in cottura.

4

FARCITE LE SFOGLIE

Tagliate a cubetti il salame e gli asparagi già saltati in padella. Farcite due lingue di pasta con gli asparagi, due con il salame e una con le olive snocciolate: disponete gli ingredienti, ben freddi, facendo attenzione a riempire maggiormente i bordi del centro.

ARROTOLATE E TAGLIATE

Arrotolate, non troppo stretti, i cinque rettangoli di pasta (avvolgeteli partendo dall'esterno, quasi tirandoli un po' ma evitando di toccare la farcitura all'interno). Tagliateli infine a metà.

6

DISPONETE NELLO STAMPO

Componete la colomba: tre involtini per ogni ala (due al salame di lato e uno agli asparagi al centro), due involtini agli asparagi per la coda e due involtini alle olive per la testa. Disponete al centro il sesto panetto tenuto da parte, adattandolo allo spazio e alla forma lasciati dai rotolini. Aprite leggermente con le mani i rotolini.

FATE LIEVITARE E POI INFORNATE

Con le forbici fate un taglio a croce sulla superficie del panetto centrale e adagiate al centro l'uovo intero crudo. Lasciate lievitare nel forno spento per una notte intera. Il giorno seguente guarnite la colomba con le mandorle e qualche fogliolina di alloro, e infornate a 175 °C per 15 minuti (mettetela su una griglia, per favorire il ricircolo di aria, e nebulizzate con un po' di acqua); abbassate a 145 °C e proseguite la cottura per altri 30 minuti. Levate e fate raffreddare.

7

✱

TRA IL CIBO E IL DONO: UNA RICETTA PER GUIDARVI ALLA SCOPERTA DEL PIACERE DELLO STRACOTTO FATTO IN CASA, A PARTIRE DA CAPOCOLLO FRESCO DI MAIALE E SALAMOIA AL FINOCCHIETTO, RIFINITO CON UNA DELICATA SALSA ALL'ARANCIA

Stracotto all'arancia

(pag. 20)

ALICE TV

Fabio Campoli è in onda con il programma "MAGIE DI CUCINA". Dal 9 marzo tutti i giorni alle 20.00, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Trionfo di carciofi
(pag. 20)

*

LA STAGIONE IDEALE PER CONDIVIDERE A TAVOLA I FIORI DI CARCIOFO, GRAZIE A UNA RICETTA CHE LI TRASFORMA IN TRIPUDIO NEL NOME DELLA SEMPLICITÀ E DEI SAPORI TRADIZIONALI DI UN TEMPO

Stracotto all'arancia

Ingredienti (per 4 persone)

2 kg di capocollo di maiale
il succo di 2 arance
1 mazzetto di finocchietto
2 porri
10 g di sale

per la salsa all'arancia
2 arance
40 g di burro
2 cucchiai di zucchero di canna
1 bicchierino di brandy

Preparazione

1. Disossate il capocollo e legatelo con spago da cucina. In una casseruola raccogliete 1 l di acqua, il sale, il succo delle arance, il finocchietto e i porri, mondati e tagliati a pezzi. Coprite con il Magic Cooker® e fate cuocere per almeno due ore su fiamma dolce, girando la carne di tanto in tanto.

2. Per la salsa all'arancia: con l'aiuto di un pelapatate, rimuovete la scorza di 1/2 arancia evitando di togliere anche la parte bianca. Riducete la scorza di arancia a filetti sottili, sbollentateli per 30 secondi in acqua, scolateli e tenete da parte.

3. Spremete le arance e ricavatene il succo. In un pentolino raccogliete il succo di arancia, il burro e lo zucchero, e lasciate ridurre su fiamma dolce; quando inizia a caramellare, bagnate con il brandy e fiammeggiate, quindi togliete dal fuoco e tenete da parte.

4. Disponete sul tavolo da cucina un foglio di pellicola trasparente e poi coprite con un foglio di carta alluminio. Adagiate la carne ormai cotta, conditela con la salsa calda e avvolgetela molto stretta nel foglio di carta alluminio e nella pellicola trasparente. Lasciate raffreddare. Al momento di servire, scartatela e tagliatela a fettine; servitela tiepida o fredda su un letto di insalatina. Guarnite con le scorze di arancia e portate in tavola.

Trionfo di carciofi

Ingredienti (per 4 persone)

8 carciofi romaneschi
300 g di pane in cassetta senza crosta
2 uova
50 g di cacioricotta
4 pomodori secchi
1 ciuffo di mentuccia fresca
1 spicchio di aglio
1 limone
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Mondate i carciofi, avendo cura di eliminare le foglie esterne più dure, sciacquateli accuratamente e apriteli leggermente. Con un cucchiaino o uno scavino rimuovete infine l'eventuale fieno interno. Raccoglieteli in una ciotola con acqua, ghiaccio e succo di limone, e tenete da parte.

2. Mettete il pane, tagliato a fettine, in ammollo in acqua; in una ciotola a parte impastate il pane, ben strizzato, con le uova, il formaggio grattugiato, la mentuccia, l'aglio e i pomodori secchi tritati.

3. Scolate accuratamente i carciofi, batteteli bene sul tavolo per aprirli e farciteli con il composto preparato; in una casseruola scaldate 250 ml di olio, disponete i carciofi a raggiera, salate e coprite con il Magic Cooker®. Cuocete i carciofi per circa 40 minuti a fuoco dolcissimo. Trascorso il tempo di cottura, levate e servite i carciofi ben caldi, croccanti sotto e morbidi sopra.

Fragrante al lemon curd e fragole

Ingredienti (per 10 cestini)

200 g di zucchero
1 bacca di vaniglia
100 g di albumi
200 ml di panna fresca
fragole

per il lemon curd
300 ml di succo di limone
120 g di burro
2 uova
4 tuorli
180 g di zucchero
50 g di amido di mais

Preparazione

1. Per i cestini di meringa: in un mixer da cucina polverizzate lo zucchero con i semi della bacca di vaniglia fino a ottenere uno zucchero a velo aromatizzato. In una planetaria montate gli albumi ad alta velocità e incorporate lo zucchero a velo in tre fasi (inizio, metà e fine) finché non otterrete una meringa ben montata e lucente.

2. Raccogliete la meringa in un sac à poche con bocchetta liscia e realizzate dieci cestini in una teglia, rivestita con carta forno; infornate a 75 °C e fate cuocere per almeno tre ore. Levate e lasciate raffreddare.

3. Per il lemon curd: in una casseruola portate a bollore 200 ml di acqua con il succo di limone e il burro. A parte, lavorate lo zucchero con le uova, i tuorli e l'amido di mais, mescolando bene con una frusta ma senza montare il composto. Quando il liquido sarà arrivato al bollore, toglietelo dal fuoco, versatelo sul composto a base di zucchero e uova, e mescolate.

4. Rimettete il composto sul fuoco e fate cuocere fino a ottenere la giusta densità. Trasferite la crema in un recipiente, coprite con un foglio di carta forno a contatto e lasciate raffreddare. Montate la panna fresca; mondate le fragole, sciacquatele e tagliatele in quarti. Con un sac à poche farcite i cestini con la crema, guarnite con ciuffi di panna e con le fragole, e servite.

INNO ALLA GIOIA DEL GUSTO: LE FRAGRANZE AGRUMATE DEL LIMONE E QUELLE DOLCI DELLA FRAGOLA SI INCONTRANO TRA UNO SCRIGNO CROCCANTE DI MERINGA

Fragrante al lemon curd e fragole

Marzo

ALICE DAY BY DAY

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
23	24	25	26	27	28	1
2	3	4 Marzo uguale carciofo. Il must? Alla giudia! Mondateli, apriteli e friggeteli in olio a 140 °C; spruzzateli con un po' di acqua e completate la frittura in olio più caldo!	5	6	7	8 Viva le donne! Le mimose? Che noia! Meglio in versione cocktail: una parte di spremuta di arancia, una di champagne, una flûte e prosit!
9	10 Gusto e leggerezza per pausa pranzo? Che ne dite di una macedonia di finocchi e mele con yogurt e mandorle? La trovate a pag. 136.	11	12	13 Organizzate un happy hour a casa vostra. Per sorprendere tutti, offrite involtini primavera... di tonno, al modo di Lele Usai. Sono a pag. 145.	14	15
16	17	18	19 La festa del papà. Niente torte a forma di cravatta però. Formaggi e salumi dop, una bottiglia di vino e lo farete contento!	20	21 L'inverno fa fagotto! Fatene uno anche voi... e portatelo a tavola. Cristina Lunardini vi dice come a pag. 60.	22
23	24	25	26	27 Comprare pesce di stagione conviene. Questo mese è il momento della gallinella. Ricette irresitibili a pagina 150.	28	29 Stanotte avete dormito un'ora di meno, causa introduzione ora legale. Urge un pieno di energia! Il quaglia croque di pag. 56 è perfetto!
30	31	1	2	3	4	5

GRUPPO LT MULTIMEDIA
LA SCELTA DEI PIATTI E IL NUMERO
DI PORTATE, LE QUANTITÀ E GLI ABBINAMENTI
IDEALI, L'APPARECCHIATURA E LA SUA
DISPOSIZIONE PER UN PRANZO DI FESTA
O UN COCKTAIL PARTY, UN BRUNCH
O UN ROMANTICO TÊTE-À-TÊTE...
PREZIOSI CONSIGLI, CURIOSITÀ, ALLESTIMENTI
ESCLUSIVI E SPLENDIDE IMMAGINI,
PER APPRENDERE I CODICI
DEL BUON GUSTO, DELL'ELEGANZA,
DELL'OSPITALITÀ DI CLASSE
DIRETTAMENTE DALLO STAFF
DEL PALAZZO DEL QUIRINALE
L'arte
della tavola
IN LIBRERIA
SCOPRI L'OFFERTA SU www.bottegaitaliana.it

FINO AL **60%** DI SCONTO

12 NUMERI DI
ALICE CUCINA + 6 NUMERI DE
I QUADERNI

INVECE DI

54,00 EURO +
12 ALICE CUCINA

32,40 EURO +
6 QUADERNI

22,32 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE

~~108,72~~ EURO

---

12 NUMERI DI
ALICE CUCINA + 12 NUMERI DE
I COLORI

54,00*
12 ALICE CUCINA
+ 12 COLORI
EDIZIONE 2015
SPESE DI SPEDIZIONE INCLUSE

INVECE DI

106,80 EURO +
12 ALICE CUCINA
+12 COLORI

22,32 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE

~~137,28~~ EURO

IL MENSILE PIÙ RICCO + PAGINE FOTO RICETTE SCUOLE

le Uova ROMPETE

DAI CLASSICI AI PIÙ ORIGINALI, ECCO TUTTI GLI STRUMENTI PER CUOCERE E SERVIRE LE UOVA. COMPRESO QUALCHE INTRUSO...

di EMANUELA BIANCONI

1. La padella *uovo* di **Brandani**, grazie al rivestimento in ceramica, consente di cuocere frittate e crêpes impeccabili. Prezzo: 9,90 euro. **2.** Per realizzare golose uova al tegamino, lo stampo a forma di fiore di **Villa D'Este Home Tivoli**. In silicone. Prezzo: 2,60 euro. **3.** *Le Nid* di **Alessi** è un contenitore in ceramica stoneware, ideale per cucinare in forno e a bagnomaria. Terminata la cottura sulla base ad anello, il contenitore viene posto sul sostegno a nido per essere servito. Prezzo: 39 euro. **4.** Un accessorio davvero glamour: il portauova di **Seletti**, perfetto anche come portasalatini. In ceramica. Prezzo: 11,50 euro. **5.** Per realizzare uno zabaione a regola d'arte, c'è bisogno del pentolino più adatto. Come questo, in rame, di **Mauviel 1830** (linea M'Passion). Prezzo: 138,70 euro. **6.** Il portauovo di **Alessi** fa parte della linea Dressed. In resina termoplastica, ha il cucchiaino a martelletto in acciaio inossidabile 18/10. Prezzo: 20 euro. **7.** *Star* di **Maiuguali** è la forma in silicone per uovo sodo. L'uovo crudo va messo nello stampino e poi questo va immerso nell'acqua che bolle o in microonde. Prezzo: 9 euro. **8.** Per una colazione a tutto sprint, ecco il set portauovo e cucchiaini di **Zak!Designs**. In melamina. Prezzo: 24,30 euro (per il set completo da 8 pezzi).**9.** *Gallina* di **Arti e Mestieri** è il portauova in metallo laccato e sagomato artigianalmente. Prezzo: 37 euro. **10.** Per il collezionista di magneti, ecco *Uovo al tegamino* di **Maiuguali**, il magnete in resina e metallo. Prezzo: 3 euro. **11.** Sembra un uovo? Invece è una tovaglietta sagomata a "occhio di bue". Di **Easy Life**. Prezzo: 4 euro. **12.** Per servire l'ovetto alla coque, ecco il portauovo di **Lsa International** (linea DINE), realizzato in porcellana bianca. Prezzo: 20 euro (per il set da 4).

L'UOVO di... DANIELE!

L'UOVO, INGREDIENTE BASE DI INNUMEREVOLI RICETTE, SI TRASFORMA IN PROTAGONISTA ASSOLUTO DEL PRANZO DI PASQUA. IL MERITO È DELLO CHEF DANIELE PERSEGANI CHE, VALORIZZANDO AL MEGLIO LA SUA VERSATILITÀ, HA REALIZZATO ANTIPASTI, PRIMI E SECONDI DAVVERO SORPRENDENTI!

di EMANUELA BIANCONI; ricette di DANIELE PERSEGANI
foto e styling di ELISA ANDREINI

Brioches con sorpresa

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 g di farina forte
15 g di lievito di birra
2 tuorli
10 g di sale
30 g di zucchero
260 g di latte
50 g di burro

per il ripieno

12 uova di quaglia già rassodate
100 g di prosciutto cotto
100 g di mozzarella

Preparazione

1. Fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito sbriciolato, i tuorli, il sale, lo zucchero, il latte e il burro morbido, e impastate accuratamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, coprite con un canovaccio pulito e lasciate riposare per almeno 40 minuti.

2. Dividete l'impasto in 12 palline e lasciatele riposare per altri 15 minuti. Nel frattempo sgusciate le uova di quaglia e avvolgetele con il prosciutto cotto. Trascorso il tempo di riposo, stendete le palline di pasta e disponete al centro l'uovo di quaglia e qualche dadino di mozzarella.

3. Chiudete le palline di pasta e realizzate tanti saccottini. Trasferiteli in una teglia, rivestita con carta forno, e lasciateli lievitare per un'altra ora. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Levate e servite.

Uova croccanti

Ingredienti (per 4-6 persone)

300 g di macinato di vitello
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
100 g di parmigiano
12 uova
8 fette sottili di pancetta affumicata
farina
pangrattato
insalatina
olio di semi di arachide
sale e pepe

Preparazione

1. Lessate otto uova in acqua bollente, quindi scolatele e sgusciatele. Impastate il macinato di vitello con due uova, il prezzemolo, il parmigiano grattugiato e un pizzico di sale e di pepe.

2. Avvolgete le uova sode nella pancetta affumicata, quindi rivestitele con uno strato sottile di carne. Passate le uova nella farina, poi nelle uova restanti, leggermente sbattute, e infine nel pangrattato.

3. Scaldate abbondante olio di semi in padella, immergete le uova e friggetele, girandole di tanto in tanto; quando saranno ben dorate, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Adagiatele su un letto di insalatina e servite.

Fuori in 60 secondi? Non esageriamo. Da Daniele Persegani, tante idee di menu per andare... "A tavola in 60 minuti". Nelle migliori librerie (Sitcom Editore,19,90 euro).

Carciofi ripieni al forno

Ingredienti (per 4-6 persone)

8 carciofi sardi
150 g di casatella
8 uova di quaglia
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
50 g di parmigiano
1 limone
sale e pepe

Preparazione

1. Pulite i carciofi ed eliminate le foglie esterne più dure, quindi lessateli in acqua salata e leggermente acidulata con succo di limone. Scolateli e lasciateli raffreddare capovolti. Lavorate la casatella con il prezzemolo tritato e il parmigiano grattugiato; regolate di sale e di pepe.

2. Con il composto ottenuto farcite i carciofi, leggermente allargati con le mani. Al centro del ripieno rompete un uovo di quaglia e condite con un pizzico di sale e di pepe. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Tortellone ai carciofi e cuore di tuorlo

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
300 g di farina 00
3 uova
olio di semi di mais

per il ripieno
300 g di ricotta
100 g di mascarpone
3 cuori di carciofo
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di maggiorana
1 ciuffo di mentuccia
4 uova
100 g di burro
parmigiano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

ALICE TV

Franca Rizzi e Daniele Pesegani sono in onda con il programma "CASA ALICE" tutti i giorni alle 18.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

1 PREPARATE IL RIPIENO

Tagliate i cuori di carciofo a julienne e fateli trifolare in padella con un filo di olio, l'aglio, le erbette tritate e un pizzico di sale e di pepe (se necessario, bagnate con un goccio di acqua per non farli seccare). Toglieteli dal fuoco e tritateli finemente al coltello. In una ciotola lavorate la ricotta, il mascarpone e 150 g di parmigiano grattugiato; unite i carciofi tritati e amalgamate.

2 RICAVATE TANTI DISCHI DI PASTA

Fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova e un filo di olio di semi, e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Avvolgetelo con pellicola trasparente e lasciate riposare per almeno mezz'ora. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta fino a ottenere una sfoglia sottile e, con un coppapasta circolare, ricavate otto dischi grandi.

3 FARCITE CON IL RIPIENO E I TUORLI

Distribuite una cucchiaiata di ripieno al centro di quattro dischi; aiutandovi con un cucchiaino, fate un incavo al centro del ripieno. Sgusciate le uova e adagiate delicatamente il tuorlo al centro del ripieno.

4 CHIUDETE, CUOCETE E SERVITE

Sigillate con un altro disco di pasta e chiudete bene aiutandovi con i rebbi di una forchetta. Lessate i tortelloni in abbondante acqua leggermente salata, scolateli e conditeli con burro fuso e parmigiano grattugiato. Distribuite nei piatti da portata e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Cosciotto di agnello ripieno alla frittata aromatica e asparagi

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 cosciotto di agnello
5 uova
100 g di parmigiano
50 g di pecorino
1 cucchiaio di erbe miste tritate
200 g di asparagi
1 sedano; 1 carota; 1 cipolla
1 spicchio di aglio
2 bicchieri di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Con Daniele Persegani e il suo "L'occasione fa lo chef"... tutti possiamo diventare chef provetti! Nelle migliori librerie (LT Editore,19,90 euro).

1

CUOCETE GLI ASPARAGI

Sciacquate accuratamente gli asparagi e mondateli, quindi pareggiateli e legateli a mazzetto. Metteteli in piedi nell'apposita asparagiera e lessateli con le punte fuori dall'acqua finché risulteranno cotti ma ancora croccanti. Levate e tenete da parte.

2

DISOSSATE LA CARNE

Con un coltello ben affilato, disossate il cosciotto di agnello. In una ciotola rompete le uova e sbattetele con il pecorino e il parmigiano grattugiati, e le erbe miste tritate. Ungete una padella antiaderente, scaldatela per bene, versate il composto di uova e preparate una frittata.

FARCITE...

Disponete la carne sul piano di lavoro, quindi salate e pepate. Stendete sulla carne prima la frittata e poi gli asparagi, ben distesi.

4

...ARROTOLATE E CUOCETE

Arrotolate bene la carne e legatela con spago da cucina. Trasferite il rotolo in una teglia da forno e aggiungete gli odori, mondati e tagliati grossolanamente, l'aglio e un filo di olio. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa un'ora e mezza bagnando spesso con il vino bianco. Una volta cotto, levate e lasciate intiepidire. Portate in tavola e servite il cosciotto, tagliato a fette e nappato con il suo fondo di cottura.

Cacio bavarese

Ingredienti (per 4-6 persone)

12 uova
200 g di amaretti
400 g di savoiardi
750 g di zucchero a velo
40 g di zucchero
550 g di burro
1 bacca di vaniglia
50 g di cacao amaro in polvere
rum per dolci

Preparazione

1. Lessate le uova in acqua bollente, quindi scolatele e sgusciatele; prelevate i tuorli e passateli al setaccio. In una ciotola lavorate il burro con lo zucchero a velo fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungete i tuorli, i semi della bacca di vaniglia e un goccio di rum, e amalgamate ancora.

2. Preparate uno sciroppo con un bicchiere di acqua, lo zucchero e un goccio di rum; bagnate i savoiardi nello sciroppo e disponeteli in quattro bicchieri o coppette. Coprite con la crema e qualche amaretto, e proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti e terminando con la crema.

3. Trasferite i bicchieri in frigorifero e lasciate riposare per almeno tre ore. Al momento di servire, levate, spolverizzate con il cacao e portate in tavola.

A tutti gli chef, Ferrarelle dedica un luogo, un laboratorio, una masseria. Cioè, la sua Accademia.

Con la nascita di Accademia Ferrarelle vogliamo proporre ai ristoratori nuove alternative per migliorare la qualità del servizio e del cibo offerto. La partecipazione ai Laboratori Gastronomici, che si terranno presso la Masseria Mozzi di Riardo (CE), è gratuita. I nostri clienti possono visitare il sito accademiaferrarelle.it, dove verranno fornite user id e password per iscriversi ai laboratori. Con le iniziative proposte da Accademia Ferrarelle vogliamo stare vicino a chi ci ha scelto, offrendo dei benefici e creando un legame basato sulla qualità.

I nostri Laboratori del 2014

LE TECNOLOGIE AVANZATE IN CUCINA
INTOLLERANZA AL GLUTINE
FARINA, ACQUA, LIEVITO, SALE E PASSIONE
LA PIZZA SENZA GLUTINE
SPUNTI DI PASTICCERIA DA RISTORAZIONE
FOOD COST E INDICE DI PRODUTTIVITÀ
UNA PIZZA A 4 MANI
IMPARIAMO A CUCINARE UNA PIZZA NAPOLETANA

Scopri alcuni Laboratori previsti per il 2015

LABORATORI GESTIONALI*
GENNAIO
Food Cost Avanzato
MARZO
Il Marketing e la Comunicazione del mio ristorante
OTTOBRE
Food Cost Base

LABORATORI GASTRONOMICI
FEBBRAIO
La cucina vegetariana incontra la cucina mediterranea
APRILE
Il sushi incontra la cucina mediterranea
NOVEMBRE
Bassa temperatura e cucina sotto vuoto

Vai sul sito accademiaferrarelle.it e scopri tutte le novità

Se vuoi diventare nostro cliente contattaci ai seguenti indirizzi:
accademia.centrosud@ferrarelle.it
accademia.nord@ferrarelle.it
accademia.export@ferrarelle.it

* Dedicati ai proprietari o ai gestori dei ristoranti in cui apprendere come amministrare al meglio un'attività di ristorazione commerciale.

I RISTORANTI SELEZIONATI DA FERRARELLE.

MEATIN' CUOCO E CARBONE

Se di carne ne mangi poca, che almeno sia buona e fresca. A Napoli hanno preso il barbecue, l'hanno dato in mano ad un cuoco stellato ed hanno aperto Meatin' Cuoco e Carbone, nuovo ristorante per carnivori gourmand. Quasi tutti i piatti, compresi i dolci, sono cotti al carbone. Ma non mancano le proposte di cucina, tra cui spicca il Delicato Sorrentino, piatto cult dello chef Peppe Guida, ed i crudi (nella foto: battuto di giovenca irpina con uovo biologico all'occhio di bue e tartufo nero di Bagnoli Irpino)

Meatin' Cuoco e Carbone
Via Timavo, 27 – 80126 Napoli
Tel 081 18893517
Giorno di Chiusura - Martedì

IL PORTICO

Il ristorante è situato a due passi dal centro storico di Pieve Santo Stefano, nello splendido scenario della Valtiberina Toscana. Il Portico unisce un arredamento moderno ed elegante, al meglio della tradizione gastronomica Toscana: oltre ai prodotti tipici locali, biologici, di altissima qualità, lo Chef Francesco ha il piacere di proporre anche diversi menu degustazione, il menu per celiaci, ed il menu turistico nei giorni feriali, che si reinventano in base alla stagione.

Il Portico
Via Tiberina, 95 - Pieve Santo Stefano (AR)
Tel 0575 797129
www.hotelsantostefanoarezzo.it - info@hotelsantostefanoarezzo.it

LA CASCINA DI BACCO

Un antico casolare ristrutturato in modo rustico ma elegante e un giardino accogliente fanno da cornice alla nostra proposta gastronomica, che si basa, sulla tradizione e sulla ricerca e utilizzo di materie prime di grande qualità.
Per un pranzo veloce, una cena tra amici, una degustazione di pizza o una cerimonia, troverete 'La Cascina Di Bacco' sempre pronta ad accoglierví e soddisfare i vostri desideri gastronomici.

La Cascina di Bacco
Via Amorosi, San Salvatore Telesino (BN)
Tel 0824 948264 - Cell 338 5959486
info@lacascinadibacco.it

CHICHIBIO

Nella bellissima Polignano, a pochi passi dal mare, avrete l'occasione di gustare dei piatti unici. Il giusto equilibrio tra semplicità ed innovazione accompagnati da un calice di vino sapientemente consigliato, immersi in un clima sobrio ed elegante, renderanno l'esperienza unica.

Chichibio
Largo Gelso, 12 - 70044 Polignano a Mare (BA)
Tel 080 4240488
www.osteriadichichibio.it
Giorno di Chiusura - Lunedì

FANTASIE NAPOLETANE

Ristorante pizzeria situato in zona Appio-Latino a Roma; locale appena rinnovato. Qui potete assaporare molte delle specialità della cucina campana: panuozzo, mozzarella di bufala, scialatielli e l'immancabile pizza napoletana cotta nel forno a legna.
Aperto tutti i giorni pranzo e cena.

Fantasie Napoletane
Via delle vestali, 37/43 - 00181 Roma
Tel 06 7806804

SUA MAESTÀ LA PIZZA

Nuova Pizzeria gourmet e Ristorante di Vincenzo Varlese, un grande ed autentico Maestro della pizza, Presidente dell'Accademia pizzaioli nel mondo, ma anche fine uomo di cucina e tavole imbandite. Un locale, ove magistralmente Vincenzo alterna pizze del tutto uniche, in preparazione e farcitura, e piatti di bella tradizione campana.

Sua Maestà la Pizza
C.so Italia, 79 - Pontecagnano (Sa)
Tel 089 2961196 - Cell 366 1384683

LE DUE LUNE

L'arte di saper cucinare!
Dove la cucina regna sovrana per bontà e tradizione, gusto e innovazione.
La felicità servita in un piatto, fa il vero sapore del passaparola.

Le due Lune
Via Cesco Baseggio, 56/58 - 00139 Roma
Tel 327 2232032
Facebook ledueluneristorantepizzeria
E-mail ledueluneristorantepizzeria@gmail.com

BOCCUCCIA DI ROSA

Michele ed Andrea, fratelli e titolari del Ristorante e Pizzeria Boccuccia di Rosa, da oltre 10 anni deliziano il vostro palato, dandovi l'opportunità di gustare le loro specialità preparate secondo le antiche ricette della cucina tipica partenopea.

Boccuccia di Rosa
Via Milite Ignoto, 11 - 80078 Pozzuoli (Na)
Tel 081 5269494
www.pizzeriaboccuccidirosa.com

DAL TARANTINO

Sul porto di Pozzuoli, dal Tarantino, potrete trovare un ambiente curato, caldo e familiare, dove assaporare prelibati piatti di pesce e le gustose ricette dello chef Gennaro.

Dal Tarantino
Via Cristoforo Colombo, 26 - 80078 Pozzuoli (NA)
Tel 081 5266290
info@trattoriadaltarantino.it

CUOCA ROSA

L'OTTO MARZO ORGANIZZATE UNA FESTA TUTTA AL FEMMINILE. DIVERTENTE E LOW COST, IL MENU SI COMPONE DI PIATTI GOLOSI E SEMPLICI DA REALIZZARE, CIASCUNO ISPIRATO A UNA DONNA "IMPORTANTE" E DALLA VITA STRAORDINARIA. IL MERITO DI TANTA BONTÀ? OVVIAMENTE DI UN'ALTRA DONNA ECCEZIONALE, LA NOSTRA CUOCA A DOMICILIO MARIA ELENA CURZIO

a cura della redazione; ricette di **MARIAELENA CURZIO** - foto e styling di **ELISA ANDREINI**

Menu
per 12 persone

ANTIPASTO
Sformatini dei costruttori

PRIMO
La regina degli avanzi

SECONDO
Borek

CONTORNI
Salsa di mele
Insalata di Caterina De' Medici

DOLCI
Panini morbidi; Coccora
Coviglie; Pastiera

ANTIPASTO: SFORMATINI DEI COSTRUTTORI DI PIRAMIDI

500 g di cipolle	1,00 €
500 g di orzo euro	1,00 €
100 g di mandorle già sgusciate	1,00 €
150 g di formaggio non stagionato	1,50 €
olio extravergine di oliva sale e pepe (dispensa)	

PRIMO: LA REGINA DEGLI AVANZI

20 fette di pane casereccio avanzato
1 spicchio di aglio 2 l di passata
di pomodoro, minestrone avanzato pezzetti
di formaggio avanzati, olio extravergine
di oliva, sale (dispensa)

SECONDO: BÖREK

3 confezioni di pasta fillo	4,00 €
1 kg di verdurine di campo	2,00 €
3 confezioni di formaggio fresco spalmabile	3,00 €
1 tuorlo, burro, olio extravergine di oliva sale (dispensa)	

CONTORNO: SALSA DI MELE

500 g di bucce di mele	2,00 €
200 ml di brodo vegetale, 1/2 cipolla 1 limone, 1 pizzico di cannella 2 foglie di salvia, olio extravergine di oliva sale (dispensa)	

CONTORNO: INSALATA DI CATERINA DE' MEDICI

500 g di misticanza o erbette di campo	2,00 €
100 g di pecorino toscano	2,00 €
4 uova	1,00 €
50 g di pinoli già pelati	1,00 €
5-6 filetti di acciughe sott'olio, capperi, uvetta, aceto di vino bianco olio extravergine di oliva, sale e pepe (dispensa)	

DOLCE: PANINI MORBIDI

500 g di farina 00	1,00 €
200 g di latte tiepido	0,50 €
80 g di zucchero	0,25 €
60 g di burro fuso tiepido	0,50 €
1 cubetto di lievito	0,25 €
granella di zucchero	1,00 €
1 uovo, sale (dispensa)	

DOLCE: COCCORA

200 g di farina 00	0,25 €
1 melagrana	2,00 €
500 g di miele	1,50 €
50 g di mandorle già pelate	1,00 €
olio extravergine di oliva (dispensa)	

DOLCE: COVIGLIE AL CIOCCOLATO

500 g di cioccolato fondente	4,00 €
250 g di zucchero	0,50 €
1 l di panna fresca	5,00 €
8 tuorli	1,00 €
succo di limone, 6 albumi, 4 cucchiai di rum (dispensa)	

DOLCE: PASTIERA

3 uova	0,50 €
500 g di farina 00	0,50 €
200 g di zucchero	0,50 €
225 g di burro	1,50 €
600 g di ricotta	4,50 €
400 g di zucchero	1,00 €
6 uova	1,00 €
1 fialetta di fiori di arancio	1,00 €
1 cucchiaio di acqua di millefiori	0,50 €
550 g di grano già cotto	1,50 €
250 g di latte	1,00 €

Totale circa 54 euro

Antipasto

CLEOPATRA

ULTIMA REGINA DELL'ANTICO EGITTO, FU UN PERSONAGGIO CARISMATICO, CONTROVERSO E POLITICAMENTE IMPORTANTE. RIUSCÌ A CONQUISTARE DUE GRANDI IMPERATORI... ANCHE GRAZIE ALLE SUE DOTI CULINARIE!

Sformatini dei costruttori di piramidi

Ingredienti

500 g di orzo
500 g di cipolle
100 g di mandorle già sgusciate
150 g di formaggio non stagionato
1 ciuffo di prezzemolo
paprica dolce
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lessate l'orzo in abbondante acqua leggermente salata per il tempo indicato sulla confezione; scolatelo per bene e tenetelo da parte. Sbucciate e tritate finemente le cipolle, quindi fatele appassire in una casseruola con un filo di olio e di acqua su fiamma dolce.

2. Unite le cipolle ormai appassite all'orzo e mescolate; aggiungete le mandorle e il formaggio, tritati, e condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e amalgamate accuratamente.

3. Ungete i pirottini monoporzione e distribuitevi l'orzo. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate intiepidire, quindi sformate gli sformatini capovolgendoli direttamente nei piatti da portata. Guarnite con un pizzico di paprica e qualche fogliolina di prezzemolo, e servite.

Primo

SIGNORA MARIA

LA DONNA PIÙ IMPORTANTE DI TUTTE. COME TUTTE LE NOSTRE MAMME E NONNE, CHE CURANO LA CASA RENDENDOLA UNICA E PROFUMATA DI BUONO, CHE ACCOLGONO GLI OSPITI SEMPRE CON UN SORRISO, CHE FANNO LE TORTE DI NOTTE E CHE CREANO CON GLI AVANZI PIATTI UNICI...

La regina degli avanzi - Lasagna di pane

Ingredienti

20 fette di pane casereccio avanzato
2 l di passata di pomodoro
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di basilico
minestrone avanzato
formaggio avanzato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Con un mixer a immersione frullate il minestrone fino a ottenere una crema omogenea e diluitelo con un po' di acqua calda: al termine, dovrete ottenere una sorta di brodo vegetale.

2. In una casseruola fate rosolare l'aglio con un filo di olio; versate la passata, regolate di sale e fate cuocere per una ventina di minuti. Velate una pirofila da forno con il sugo pronto, bagnate le fette di pane nel brodo vegetale e disponetele nella pirofila; coprite con un altro po' di passata e il formaggio avanzato, tagliato a pezzetti, e realizzate un altro strato.

3. Infornate la lasagna di pane a 180 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Quando sarà ben dorata, levate, guarnite con qualche fogliolina di basilico e servite.

Secondo

MADRE TERESA DI CALCUTTA

SUORA CATTOLICA DI ORIGINE ALBANESE E FONDATRICE DELLA CONGREGAZIONE RELIGIOSA DELLE MISSIONARIE DELLA CARITÀ. PREMIO NOBEL PER LA PACE, VIENE PROCLAMATA BEATA DA PAPA GIOVANNI PAOLO II. TIPICO DI MOLTE REGIONI DEI BALCANI, IL BÖREK, CHE SIGNIFICA ARROTOLARE, È UN PIATTO POVERO E DI CONDIVISIONE, COME IL SUO SPIRITO.

Börek - Sfoglia di pasta fillo farcita con verdure di campo

Ingredienti

3 confezioni di pasta fillo; 1 kg di verdurine di campo 3 confezioni di formaggio fresco spalmabile; 1 tuorlo farina; burro; olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Con un matterello stendete la pasta fillo su un piano di lavoro leggermente infarinato (nel caso in cui non trovaste la pasta fillo, potete usare la pasta sfoglia stesa in modo molto sottile). Tagliate a spicchi ogni disco di fillo, così da ricavare tanti triangoli.

2. Sciacquate e mondate le verdurine di campo, quindi fatele stufare in una casseruola con un filo di olio. Regolate di sale, spegnete e lasciate intiepidire. Aggiungete il formaggio fresco e amalgamate accuratamente.

3. Con un po' di burro fuso spennellate i triangoli di fillo e poi farciteli con le verdure; piegate i lati del triangolo e arrotolate fino a ottenere tanti rotolini. Spennellateli con il tuorlo, leggermente sbattuto, e infornate a 200 °C per circa 10-15 minuti. Levate e servite.

Consiglio di riciclo

Con la polpa delle mele potete preparare una composta: in una casseruola fate cuocere le mele a pezzetti con 180 g di zucchero di canna, un goccio di liquore dolce, un cucchiaio di uvetta e mezzo cucchiaino di pinoli per circa 20 minuti. Trasferite nei vasetti sterilizzati, cospargete con amaretti sbriciolati e chiudete. Ottima a colazione o come farcia di una crostata alla frutta.

Contorno

SIGNORA MARIA

UN'ALTRA RICETTA CHE RENDE GLI AVANZI INGREDIENTI UNICI (VEDI ANCHE PAG. 43).

Salsa di mele

Ingredienti

500 g di bucce di mele
200 ml di brodo vegetale
1/2 cipolla
1 limone
1 pizzico di cannella
2 foglie di salvia
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le bucce delle mele e raccoglietele in una casseruola; aggiungete la scorza del limone, tagliata a fettine, il brodo, la salvia e la cannella. Mettete sul fuoco, portate a bollore, abbassate la fiamma e lasciate sobbollire fino ad addensamento.

2. Tritate la cipolla e fatela appassire in una casseruola con due cucchiai di olio e un goccio di acqua; aggiungete la cipolla alle bucce di mele e con un mixer a immersione frullate fino a ottenere una salsa omogenea. Regolate di sale, completate con il succo del limone, mescolate e servite. Potete accompagnarla a formaggi stagionati o utilizzarla per condire le verdure grigliate.

Contorno

CATERINA DE' MEDICI

LA REGINA DI FRANCIA ERA GHIOTTA E SUPERSTIZIOSA. HA INVENTATO LA FORCHETTA E LA BESCIAMELLA, E HA INGENTILITO LA CUCINA FRANCESE CON LE RICETTE DELLA TOSCANA. PENSAVA CHE ALCUNI CIBI, COME I CARCIOFI CHE AMAVA PARTICOLARMENTE, FOSSERO AFRODISIACI.

Insalata di Caterina de' Medici

Ingredienti

500 g di misticanza o erbette di campo
100 g di pecorino toscano
5-6 filetti di acciughe sott'olio
una decina di capperi sotto sale
4 uova; 50 g di pinoli già pelati
uvetta; aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lessate le uova in acqua bollente per circa 8 minuti, quindi scolatele, lasciatele intiepidire e sgusciatele. Mondate e sciacquate accuratamente la misticanza, e tagliate il pecorino a dadini. Sciacquate i capperi, per eliminare il sale di conservazione, e tritatene una metà.

2. Mettete in ammollo in acqua tiepida l'uvetta e preparate una emulsione con olio, aceto, sale e pepe. Condite l'insalata con l'emulsione preparata, aggiungete i filetti di acciuga, i capperi tritati e quelli interi, il pecorino, i pinoli tostati e l'uvetta, ben strizzata. Mescolate, distribuite nelle ciotoline individuali e guarnite con le uova sode, tagliate a spicchi. Portate in tavola e servite.

Dolce

FRIDA KAHLO

PITTRICE MESSICANA, È CONSIDERATA L'ICONA DELL'EMANCIPAZIONE FEMMINILE. HA AVUTO UNA VITA PIENA DI SOFFERENZE FISICHE CHE NON LE HANNO PERÒ IMPEDITO DI AMARE E CUCINARE PER LE PERSONE CARE.

Panini morbidi

Ingredienti (per 20 panini)

500 g di farina 00; 200 g di latte tiepido; 80 g di zucchero
60 g di burro fuso; 1 cucchiaino di sale; 1 cubetto di lievito
1 uovo; granella di zucchero

vi servono inoltre
burro; farina

Preparazione

1. Sciogliete il lievito con parte del latte tiepido e un cucchiaio di zucchero, e fate lievitare per 20 minuti. Setacciate la farina e fate la classica fontana; unite al centro il lievito sciolto, lo zucchero restante, il burro tiepido e il sale, e amalgamate accuratamente aggiungendo, un po' alla volta, il latte. Al termine, dovrete ottenere un composto sodo e omogeneo.

2. Formate una palla, coprite con un canovaccio pulito e lasciate riposare fino al raddoppio del volume. Trascorso il tempo di riposo, formate circa 20 palline e disponetele in una teglia, rivestita con carta forno.

3. Spennellate i panini con l'uovo, cospargeteli con la granella di zucchero e infornate a 175 °C per circa 30 minuti. Levate, lasciate raffreddare e servite.

Dolce

CLEOPATRA

UN DOLCE ALL'INSEGNA DELLA SALUTE E DELLA BELLEZZA... PER LA REGINA DELLE REGINE (VEDI ANCHE PAG. 42)!

Coccora

Ingredienti

200 g di farina 00
50 g di farina di mandorle
1 melagrana
500 g di miele
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Miscelate le due farine e unite un cucchiaio di miele e i chicchi della melagrana (tenetene qualcuno da parte per la guarnizione finale); amalgamate accuratamente versando a filo l'acqua necessaria a ottenere un composto sodo e omogeneo.

2. In un tegame portate a ebollizione il miele restante; con le mani unte di olio formate tante palline di impasto (delle dimensioni di una noce), disponetele nel tegame e fatele cuocere per circa 30 secondi. Levate, irrorate con il miele caldo in cui le avete cotte, distribuite nei pirottini di carta, guarnite con i chicchi di melagrana tenuti da parte e servite.

Dolce

MATILDE SERAO

SCRITTRICE, GIORNALISTA E FONDATRICE DE "IL MATTINO", AVEVA UN CARATTERE ANTICONFORMISTA E PER NIENTE INCLINE AI CANONI DELL'ALTA SOCIETÀ. RAPPRESENTA IN PIENO LE CARATTERISTICHE DELLA SUA NAPOLI, UNICA E LIBERA COME LEI.

Coviglie al cioccolato

Ingredienti

500 g di cioccolato fondente; 250 g di zucchero
1 l di panna fresca; 6 albumi; 8 tuorli
2 cucchiaini di succo di limone; 4 cucchiai di rum

per la decorazione
cioccolato fondente

Preparazione

1. Fate fondere il cioccolato a bagnomaria; lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Unite il rum e il cioccolato fuso, e mescolate.

2. Aggiungete la panna montata e amalgamate ancora. Montate a neve ben ferma gli albumi con il succo di limone, quindi incorporateli delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

3. Distribuite il composto nei bicchierini e trasferite in freezer per una notte intera (prima di servirli, lasciateli riposare per un'ora a temperatura ambiente). Cospargete la superficie con il cioccolato tritato e portate in tavola.

Proprietà del cioccolato

Ricco di antiossidanti, il cioccolato ha un effetto tonico sul sistema nervoso e cardio-protettivo.

Dolce

MARIA TERESA D'AUSTRIA

LA LEGGENDA RACCONTA CHE QUESTO DOLCE RIUSCÌ A STRAPPARE UN SORRISO ALLA "SERIOSA" REGINA MARIA TERESA D'AUSTRIA, MOGLIE DI FERDINANDO II DI BORBONE.

Pastiera

Ingredienti

3 uova
500 g di farina 00
200 g di zucchero
200 g di burro
(più altro per lo stampo)

per il ripieno

600 g di ricotta
400 g di zucchero
6 uova
1 fialetta di fiori di arancio
1 cucchiaio di acqua di millefiori
550 g di grano già cotto
250 g di latte
25 g di burro

Preparazione

1. Preparate il ripieno: lasciate scolare la ricotta e passatela al setaccio. In una casseruola raccogliete il grano, il latte e il burro; mettete sul fuoco e fate cuocere per circa 8-10 minuti, mescolando in continuazione, fino a ottenere un composto cremoso ma non sfatto. Levate la casseruola dal fuoco e lasciate raffreddare, quindi incorporate tutti gli altri ingredienti e tenete da parte.

2. Per la pasta frolla: fate la classica fontana con la farina; unite al centro le uova, lo zucchero e il burro morbido, e impastate velocemente fino a ottenere un composto omogeneo ma morbido. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

3. Stendete la frolla in uno stampo dai bordi alti (da 28 cm di diametro), ben imburrato, e coprite con il ripieno; con i ritagli di frolla avanzata realizzate tante striscioline e create la classica griglia in superficie. Infornate a 170 °C e fate cuocere per almeno un'ora. Levate e lasciate raffreddare, quindi sformate e servite.

Champignon con l'ovetto
(pag. 56)

OGGI SI QUAGLIA

PICCOLO È BELLO È UN TORMENTONE TORNATO PIÙ VOLTE IN QUESTE PAGINE (LEGGI, QUELLE DI POGGI). QUESTA VOLTA IL TORMENTONE RIGUARDA LE UOVA. NON QUELLE DI GALLINA, PERÒ, MA QUELLE DI QUAGLIA. ORMAI SDOGANATE DALL'ESSERE CONSIDERATE UN ALIMENTO ESOTICO, NON SONO SOLO PICCOLE E BELLE, MA ANCHE E SOPRATTUTTO BUONE!

di FMB - foto di SILVIA CENSI

Uova di quaglia mimosa

(pag. 56)

Champignon con l'ovetto

Ingredienti (per 4 persone)

16 champignon de paris (prataioli)
16 uova di quaglia
1 ciuffo di prezzemolo
sale e pepe

Preparazione

1. Pulite i funghi con un foglio di carta assorbente da cucina leggermente inumidito per eliminare ogni residuo di terra. Quindi asciugateli con un panno asciutto. Eliminate la parte radicale, staccate i gambi e teneteli da parte per un'altra preparazione.

2. Svuotate leggermente le cappelle. Sgusciate in ogni cappella un uovo di quaglia e conditelo con un pizzico di sale e una macinata di pepe. Mettete in forno già caldo a 160 °C e fate cuocere per una decina di minuti. Al termine l'albume dovrà essere cotto, il tuorlo invece ancora crudo.

3. Levate, decorate con una fogliolina di prezzemolo e servite.

Uova di quaglia mimosa

Ingredienti (per 4-6 persone)

24 uova di quaglia
1 fetta spessa di prosciutto cotto
1-2 pomodori
maionese
sale e pepe

Preparazione

1. Fate rassodare le uova di quaglia per 4 minuti a partire dal bollore. Passatele sotto l'acqua corrente fredda e sgusciatele delicatamente.

2. Tagliate le uova di quaglia a metà, quindi tagliate a ogni metà la calottina tonda, in modo che possano rimanere in piedi.

3. Estraete i tuorli sodi dalle uova e raccoglieteli in una ciotola. Aggiungete un po' di maionese e lavorate con una forchetta per amalgamare. Regolate di sale e pepe e amalgamate. Quindi farcite le mezze uova sode con il composto.

4. Tagliate i pomodori a metà, eliminate i semi e l'acqua di vegetazione, fateli a spicchi e schiacciate leggermente gli spicchi per poterli ritagliare. Ricavate dal prosciutto e dagli spicchi tanti fiorellini o farfalline, guarnite le uova e servite.

Quaglia croque

Ingredienti (per 1 persona)

6 uova di quaglia
2 fette di pancarrè
2 fette di prosciutto cotto di Praga
2 fette di gruyère (più gruyère grattugiato)
2-3 steli di erba cipollina
noce moscata
burro
sale pepe

Preparazione

1. Imburrate una fetta di pancarrè. Profumate con una grattugiata di noce moscata e coprite con il prosciutto e il formaggio a fette. Salate, pepate e chiudete con l'altra fetta. Premete leggermente con le mani, imburrate il sandwich in superficie e spolverizzatelo con abbondante gruyère grattugiato.

2. Mettete il sandwich in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per qualche minuto, con un passaggio finale sotto il grill del forno.

3. Mentre il sandwich è in cottura, sgusciate le uova di quaglia in un piatto, facendo attenzione a non rompere i tuorli. Imburrate un padellino antiaderente, appoggiate un coppapasta quadrato delle dimensioni di una fetta di pancarrè, fateci scivolare le uova e cuocetele all'occhio di bue. Salate e pepate.

4. Levate il sandwich dal forno. Copritelo con la "piastrellina" di uova di quaglia all'occhio di bue, profumate con un po' di erba cipollina tagliuzzata e servite. Potete accompagnare con un'insalatina di soncino condita con un'emulsione di olio, aceto balsamico e sale.

In libreria, "La pasta detto fatto!" con tante ricette golose dedicate al primo preferito dagli italiani. (Sitcom Editore,19,90 euro).

ALICE TV

Mattia Poggi è in onda con il programma "**MATTIA A MODO MIO**" tutti i giorni alle 14.30 e alle 21.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Quaglia croque

Uno tira l'altro

Ingredienti (per 4-6 persone)

12 uova di quaglia; 1 uovo
100 g di pane casereccio raffermo; 1 cucchiaio di semi di papavero; farina
olio di semi di arachide; sale

Preparazione

1. Frullate il pane casereccio e miscelate il pangrattato ottenuto con i semi di papavero. Sgusciate l'uovo (di gallina) in un piatto fondo e sbattetelo con una forchetta per slegarlo.

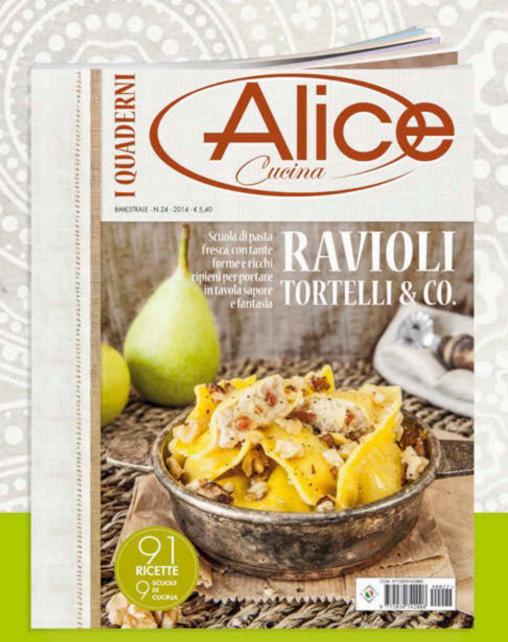
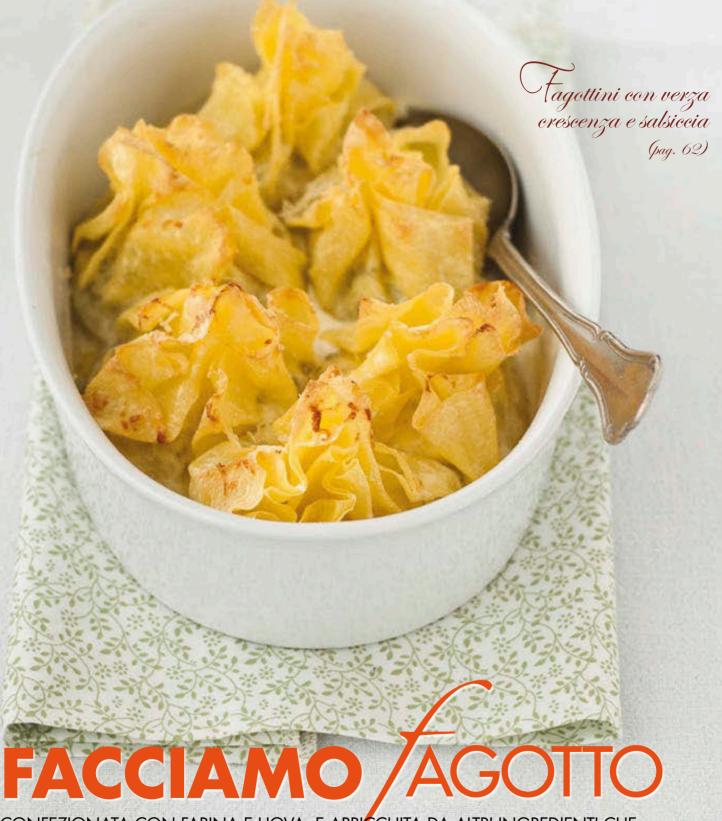
2. Rassodate le uova di quaglia per 4 minuti a partire dal bollore. Scolatele, lasciatele intiepidire e sgusciatele.

3. Passate le uova prima in un po' di farina, quindi nell'uovo leggermente sbattuto e infine nella panatura aromatica. Ripetete i passaggi una volta.

4. Scaldate abbondante olio in una casseruola. Quando è a temperatura friggete le uova, uno alla volta. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine, salatele e servitele.

Sortelli di grano saraceno

Fagottini con verza crescenza e salsiccia
(pag. 62)

FACCIAMO *f*AGOTTO

CONFEZIONATA CON FARINA E UOVA, E ARRICCHITA DA ALTRI INGREDIENTI CHE LE CONFERISCONO AROMA O COLORE, LA PASTA FRESCA ALL'UOVO È UN VERO MUST DEL PRANZO PASQUALE. CRISTINA LUNARDINI NE DÀ LA SUA PERSONALISSIMA INTERPRETAZIONE TRASFORMANDOLA IN FAGOTTINI PREZIOSI E RICCHI DI SAPORE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di CRISTINA LUNARDINI - foto di MARINA DELLA PASQUA

ALICE TV

Cristina Lunardini è in onda con il programma "LE MANI IN PASTA" tutti i giorni alle 17.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Fagottini alla rapa rossa con zucca e guanciale (pag. 62)

Fagottini con verza crescenza e salsiccia

Ingredienti (per 10 fagottini)

per la pasta

40 g di semola di grano duro
150 g di farina 00
2 uova
sale

per il ripieno

300 g di ricotta di pecora
300 g di crescenza
500 g di verza
1 uovo
1 spicchio di aglio
3 salsicce
olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi servono inoltre

50 g di pecorino grattugiato
250 g di panna fresca
burro fuso

Preparazione

1. Per la pasta: miscelate le due farine e fate la classica fontana; unite al centro le uova e impastate energicamente fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia molto sottile e ricavate 10 quadrati (da 14 cm di lato). Lessateli in acqua bollente e salata per pochi secondi, quindi passateli in acqua fredda, scolateli per bene e fateli asciugare su un canovaccio pulito.

3. Per il ripieno: pulite la verza e lessatela in acqua bollente, quindi scolatela, strizzatela e fatela saltare velocemente in padella con un filo di olio, l'aglio e un pizzico di sale e di pepe. Spegnete e lasciate raffreddare.

4. Scaldate per bene una padella e fate rosolare le salsicce, spellate e sgranate, eliminando il loro grasso. In una ciotola mescolate la ricotta con la crescenza, le salsicce e la verza; aggiungete l'uovo e amalgamate ancora. Regolate infine di sale e di pepe.

5. Farcite i quadrati di pasta con una cucchiaiata di ripieno, chiudeteli a fagottino e disponeteli in una teglia, precedentemente imburrata. Spennellate i fagottini con un po' di burro fuso e cospargete con il pecorino grattugiato e la panna. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 15 minuti (devono diventare dorati). Sfornate, sformate i fagottini e serviteli ben caldi.

Fagottini alla rapa rossa con zucca e guanciale

Ingredienti (per 10 fagottini)

per la pasta

300 g di farina
2 uova
1 rapa rossa già cotta al vapore
1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
sale

per il ripieno

400 g di ricotta
100 g di mascarpone
500 g di zucca
50 g di parmigiano
1 scalogno
80 g di guanciale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi servono inoltre

250 g di panna fresca
50 g di parmigiano
burro fuso

Preparazione

1. Per la pasta: frullate la rapa rossa con le uova e l'olio; formate la classica fontana con la farina, unite al centro la purea di rapa e impastate energicamente fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia molto sottile e ricavate 10 quadrati (da 14 cm di lato). Lessateli in acqua bollente e salata per pochi secondi, quindi passateli in acqua fredda, scolateli per bene e fateli asciugare su un canovaccio pulito.

3. Per il ripieno: pulite la zucca e tagliatela a cubetti; tritate finemente lo scalogno e fatelo appassire in padella con un filo di olio. Unite il guanciale, tagliato a listerelle, e la zucca, salate, pepate e fate cuocere per circa 20 minuti. Spegnete e lasciate raffreddare.

4. In una ciotola mescolate la ricotta con il mascarpone, aggiungete la zucca e il parmigiano grattugiato, e amalgamate accuratamente. Regolate di sale e di pepe.

5. Farcite i quadrati di pasta con una cucchiaiata di ripieno, chiudete a fagottino e disponete negli stampini monoporzione, già imburrati. Spennellateli con un altro po' di burro fuso e cospargete con il parmigiano grattugiato e la panna. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 15 minuti (devono diventare dorati). Sfornate, sformate i fagottini e serviteli ben caldi.

Fagottini al nero di seppia con seppioline e crema di piselli

Ingredienti (per 10 fagottini)

per la pasta
200 g di farina 0
1 bustina di nero di seppia
2 uova; sale

per il ripieno
600 g di seppioline
1 spicchio di aglio
1 costa di sedano; 1 carota
1 zucchina; 1 ciuffo di prezzemolo
passata di pomodoro
vino bianco; brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la crema di piselli
300 g di pisellini
1 scalogno; brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi servono inoltre
olio extravergine di oliva
parmigiano

Preparazione

1. Per la pasta: fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova e il nero di seppia, e lavorate fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Stendete la pasta in una sfoglia molto sottile e ricavate 10 quadrati (da 14 cm di lato). Lessateli in acqua bollente e salata per pochi secondi, quindi passateli in acqua fredda, scolateli per bene e fateli asciugare su un canovaccio pulito.

3. Per il ripieno: pulite le seppioline e tagliatele sottilmente a julienne; mondate e tagliate a cubetti il sedano, la carota, la zucchina e lo spicchio di aglio, quindi fateli saltare velocemente in padella con un filo di olio. Unite le seppioline e fatele rosolare su fiamma vivace; sfumate con 1/2 bicchiere di vino, regolate di sale e di pepe, aggiungete 4 cucchiai di passata di pomodoro e un mestolo di brodo vegetale, e proseguite la cottura per una decina di minuti. Profumate con il prezzemolo tritato e spegnete.

4. Farcite i quadrati di pasta con una cucchiaiata di ripieno, chiudete a fagottino e disponete negli stampini monoporzione, leggermente unti di olio. Spennellate con altro olio e spolverizzate con un po' di parmigiano. Infornate i fagottini a 170 °C e fate cuocere per circa 15 minuti (devono diventare dorati).

5. Per la salsa: fate rosolare lo scalogno tritato in una padella con un filo di olio; unite i pisellini, coprite con un mestolo di brodo vegetale e portate a cottura; regolate di sale e profumate con una macinata di pepe. Frullate con un mixer a immersione fino a ottenere una crema vellutata. Distribuite la crema nei piatti da portata, adagiate al centro un fagottino e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Fagottini di pasta allo zafferano con ricotta e cicoria

Ingredienti ((per 10 fagottini)

per la pasta
60 g di semola di grano duro
140 g di farina 00; 2 uova
1 bustina di zafferano in polvere
sale

per il ripieno
600 g di ricotta di pecora
50 g di ricotta salata grattugiata
100 g di mozzarella a cubetti
2 uova; 500 g di cicoria già lessata
qualche rametto di timo e basilico
olio extravergine di oliva; sale e pepe

vi servono inoltre
300 g di salsa di pomodoro
burro; pecorino grattugiato
olio di semi di arachide

1 PREPARATE LA PASTA

Sciogliete lo zafferano in un pochino di acqua calda. Miscelate la semola e la farina, e fate la classica fontana; unite al centro le uova e l'acqua allo zafferano necessaria a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per mezz'ora.

PASSATE AL RIPIENO

Scolate accuratamente la cicoria e tritatela finemente; in una padella scaldate un filo di olio, aggiungete la cicoria, regolate di sale e di pepe e fatela saltare velocemente. Aromatizzate con le erbe aromatiche, tritate finemente, e lasciate raffreddare. In una ciotola mescolate la ricotta di pecora con la ricotta salata, la mozzarella e la cicoria; regolate di sale e di pepe. Aggiungete i tuorli e incorporate infine gli albumi montati morbidi.

3 FODERATE GLI STAMPINI

Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia molto sottile e ricavate 12 quadrati (di 14 cm di lato); lessateli in acqua bollente e salata per pochi secondi, passateli in acqua fredda, scolateli e fateli asciugare su un canovaccio pulito. Imburrate 10 stampini monoporzione e foderate ogni stampino con un quadrato, facendolo sbordare un po'.

4 CONFEZIONATE I FAGOTTINI

Distribuite il ripieno preparato negli stampini foderati e chiudeteli a fagottino ripiegando la pasta. Spennellateli con un po' di burro fuso e spolverizzate con il pecorino. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 15 minuti (devono diventare dorati). Intanto tagliate a losanghe i 2 quadrati di pasta tenuti da parte, friggetele in olio ben caldo e scolatele. Velate i piatti con la salsa di pomodoro, scaldata leggermente, unite un fagottino, decorate con le losanghe e servite.

In libreria, "Romagna mia". Cristina Lunardini svela i suoi segreti per preparare le migliori ricette della tradizione gastronomica romagnola. (Sitcom Editore,19,90 euro).

Fagottini al verde con bietoline pecorino e crema di acciughe *(pag. 68)*

Fagottini ai gamberi con crema di topinambur e mandorle croccanti

(pag. 68)

Fagottini al verde con bietoline pecorino e crema di acciughe

Ingredienti (per 10 fagottini)

per la pasta
40 g di semola di grano duro
260 g di farina 00
2 uova
100 g di spinaci già lessati
sale

per il ripieno
500 g di ricotta di pecora
100 g di mozzarella a cubetti
500 g di bietoline
1 spicchio di aglio
80 g di pecorino grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la crema di acciughe
250 g di panna fresca
10 acciughe
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva

vi servono inoltre
burro fuso
pecorino grattugiato

1. Per la pasta: frullate le uova con gli spinaci; fate la classica fontana con le farine miscelate, unite al centro la purea di spinaci e impastate energicamente fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia molto sottile e ricavate 10 quadrati (da 14 cm di lato). Lessateli in acqua bollente e salata per pochi secondi, quindi passateli in acqua fredda, scolateli per bene e fateli asciugare su un canovaccio pulito.

3. Per il ripieno: pulite le bietoline e lessatele in acqua bollente; scolatele accuratamente, tritatele e fatele saltare velocemente in padella con un filo di olio, l'aglio e un pizzico di sale e di pepe. Spegnete e lasciate raffreddare.

4. In una ciotola mescolate la ricotta con la mozzarella, la bietolina e il pecorino. Regolate di sale e di pepe. Farcite i quadrati di pasta con una cucchiaiata di ripieno, chiudeteli a fagottino e disponeteli negli stampini monoporzione, già imburrati. Spennellateli con un altro po' di burro fuso e cospargete con il pecorino grattugiato. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 15 minuti (devono diventare dorati).

5. Per la salsa: dissalate e diliscate le acciughe, quindi fatele sciogliere in padella con un filo di olio e l'aglio; unite la panna, fate cuocere per qualche minuto, eliminate l'aglio e frullate in un mixer da cucina fino a ottenere una crema omogenea. Distribuite la crema nei piatti da portata, adagiate al centro un fagottino e servite ben caldo.

Fagottini ai gamberi con crema di topinambur e mandorle croccanti

Ingredienti (per 10 fagottini)

per la pasta
200 g di farina 0
2 uova; sale

per il ripieno
600 g di gamberi
50 g di ricotta vaccina
1/2 cipolla
1/2 bicchiere di vino bianco
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la crema di topinambur
400 g di topinambur
200 ml di brodo vegetale
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine; sale

vi servono inoltre
50 g di mandorle a lamelle
olio extravergine di oliva
parmigiano

Preparazione

1. Per la pasta: fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova e impastate. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora. Stendete la pasta in una sfoglia molto sottile e ricavate 10 quadrati (da 14 cm di lato). Lessateli in acqua bollente e salata per pochi secondi, passateli in acqua fredda, scolateli e fateli asciugare su un canovaccio pulito.

2. Per il ripieno: sgusciate i gamberi ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. Pulite la cipolla e tritatela, quindi fatela appassire in padella con un filo di olio; aggiungete i gamberi e fateli saltare velocemente su fiamma vivace. Sfumate con il vino, salate, pepate e profumate con il prezzemolo tritato. Spegnete e fate raffreddare.

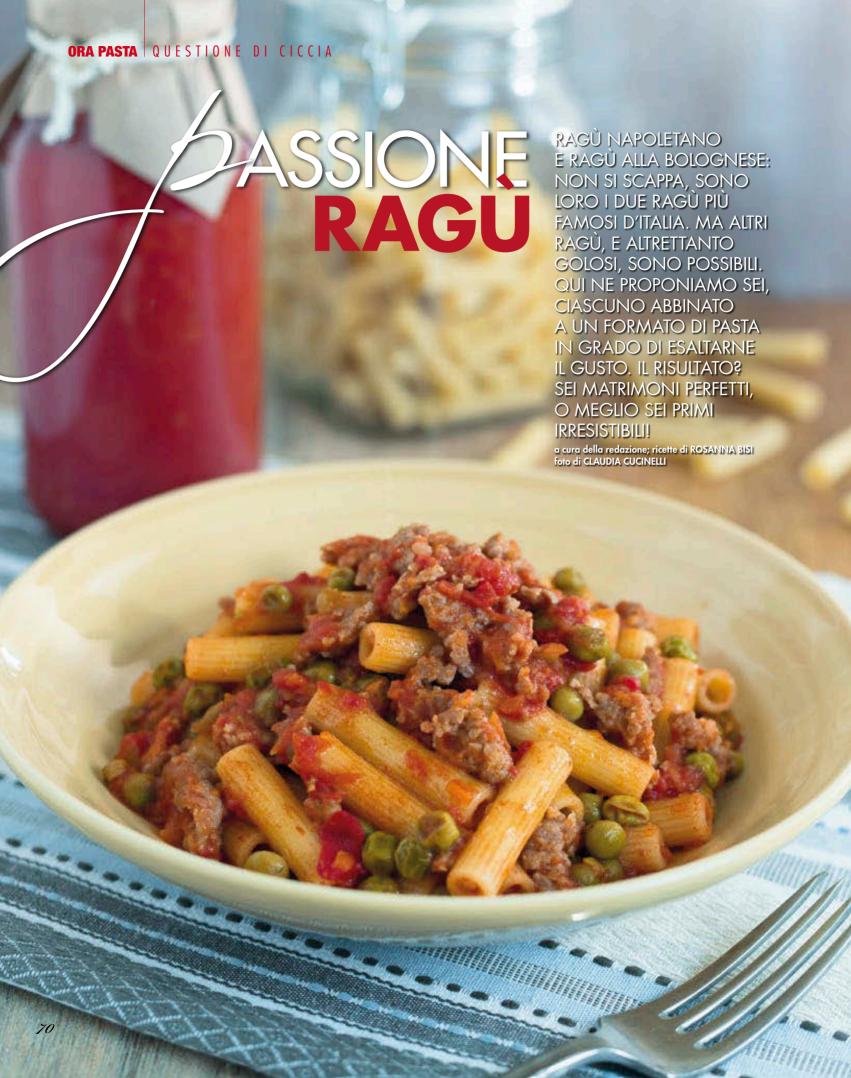
3. In un mixer da cucina raccogliete i gamberi e la ricotta, e frullate fino a ottenere una crema omogenea. Regolate di sale e di pepe. Farcite i quadrati di pasta con una cucchiaiata di ripieno, chiudete a fagottino e disponete negli stampini monoporzione, leggermente unti di olio. Spennellate con altro olio e spolverizzate con un po' di parmigiano grattugiato. Infornate i fagottini a 170 °C e fate cuocere per circa 15 minuti (devono diventare dorati).

4. Per la crema: pelate i topinambur e tagliateli a fettine. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio e il prezzemolo tritato; aggiungete il topinambur e fate cuocere per circa 20 minuti su fuoco basso, bagnando di tanto in tanto con il brodo vegetale caldo.

5. Quando il topinambur sarà cotto, frullatelo fino a ottenere una crema vellutata. Regolate di sale. Distribuite la crema nei piatti da portata, adagiate al centro un fagottino, guarnite con le mandorle tostate, portate in tavola pe servite.

Passione RAGÙ

RAGÙ NAPOLETANO E RAGÙ ALLA BOLOGNESE: NON SI SCAPPA, SONO LORO I DUE RAGÙ PIÙ FAMOSI D'ITALIA. MA ALTRI RAGÙ, E ALTRETTANTO GOLOSI, SONO POSSIBILI. QUI NE PROPONIAMO SEI, CIASCUNO ABBINATO A UN FORMATO DI PASTA IN GRADO DI ESALTARNE IL GUSTO. IL RISULTATO? SEI MATRIMONI PERFETTI, O MEGLIO SEI PRIMI IRRESISTIBILI!

a cura della redazione; ricette di ROSANNA BISI
foto di CLAUDIA CUCINELLI

Sedani con ragù di salsiccia e piselli

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di sedani rigati
200 g di piselli
4 salsicce di maiale
1 cipolla
1 carota
125 ml di vino bianco
400 g di polpa di pomodoro
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate e tritate finemente la carota e la cipolla; in una casseruola fate appassire gli odori tritati con un filo di olio, aggiungete le salsicce, spellate e sgranate, e fatele rosolare su fiamma vivace. Bagnate con il vino e lasciate sfumare.

2. Aggiungete i piselli, la polpa di pomodoro e qualche mestolo di brodo caldo; fate cuocere per circa 20 minuti, bagnando di tanto in tanto con altro brodo se il ragù dovesse asciugarsi. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.

3. Lessate la pasta in acqua leggermente salata, scolatela al dente e trasferitela direttamente nel tegame. Fatela saltare per qualche minuto, quindi impiattate e servite.

Mafaldine con salsa allo zafferano e ragù di tacchino

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di mafaldine; 400 g di macinato di tacchino; 1/2 carota; 1 porro
200 g di mascarpone; 60 g di burro; 1 bustina di zafferano
parmigiano grattugiato; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Tritate la carota e affettate sottilmente il porro (solo la parte bianca); fateli soffriggere in un tegame con un filo di olio, aggiungete il macinato di tacchino e fate cuocere per circa 15 minuti. Aggiustate di sale e profumate con una macinata di pepe. Fate sciogliere il burro a bagnomaria, unite lo zafferano, amalgamate accuratamente e tenete da parte.

2. Lessate la pasta al dente in abbondante acqua leggermente salata. Poco prima che la pasta sia cotta, aggiungete il mascarpone e il tacchino al burro allo zafferano, e amalgamate per bene. Scolate le mafaldine al dente e conditele con la salsa. Impiattate, spolverizzate con il parmigiano grattugiato e servite.

Penne al ragù grezzo di pecora

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di penne trafilate al bronzo
300 g di macinato grezzo di pecora
600 g di polpa di pomodoro
1 cipolla; 1 costa di sedano
1 carota; 1 spicchio di aglio
1 peperoncino
200 ml di vino rosso Montepulciano d'Abruzzo
pecorino grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe verde

Preparazione

1. Mondate e tritate finemente la cipolla, il sedano e la carota; raccoglieteli in un tegame e fateli soffriggere con l'aglio e un filo di olio per qualche minuto. Aggiungete il macinato di pecora, profumate con una macinata di pepe verde, bagnate con il vino e lasciate sfumare.

2. Fate cuocere per qualche minuto a fuoco vivace, quindi aggiungete la polpa di pomodoro e un pizzico di sale, incoperchiate e proseguite la cottura a fuoco lento per circa un'ora e mezza. Profumate infine con un pizzico di peperoncino.

3. Lessate la pasta in acqua leggermente salata, scolatela al dente e trasferitela direttamente nel tegame con il ragù; fate saltare per qualche minuto, quindi impiattate, spolverizzate con il pecorino grattugiato, condite con un filo di olio a crudo e servite.

Riccette con ragù di pollo e radicchio

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di riccette
300 g di petto di pollo
200 g di radicchio
50 g di gherigli di noce
125 ml di vino bianco
1 spicchio di aglio
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente il petto di pollo, asciugatelo con carta assorbente da cucina e tagliatelo a dadini. In un tegame fate soffriggere l'aglio con un filo di olio, aggiungete il pollo a dadini e fatelo rosolare mescolando di tanto in tanto.

2. Sfumate con il vino, salate leggermente e bagnate con qualche mestolo di brodo caldo; abbassate la fiamma e fate cuocere per circa 20 minuti (se il fondo dovesse asciugarsi troppo, aggiungete altro brodo). Mondate e tagliate il radicchio a julienne; aggiungetelo al pollo e fate cuocere per altri 10 minuti. Aggiustate infine di sale.

3. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e trasferitela nel tegame con il condimento. Mantecate per qualche minuto, quindi impiattate, guarnite con un filo di olio a crudo e i gherigli di noce tritati, e servite.

Mezze maniche al ragù di manzo con funghi e pancetta affumicata

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di mezze maniche
60 g di pancetta affumicata a cubetti
200 g di macinato di manzo
200 g di funghi misti
30 g di porcini secchi
400 g di pomodori pelati
1 cipolla piccola
1 foglia di alloro
125 ml di vino rosso
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mettete i porcini secchi in ammollo in acqua tiepida. In una casseruola fate soffriggere la cipolla tritata con un filo di olio, aggiungete la pancetta a cubetti e fatela dorare leggermente. Toglietela dalla casseruola e tenetela da parte.

2. Nella stessa casseruola scaldate due cucchiai di olio, unite il macinato e fatelo rosolare bene, mescolando in continuazione; regolate di sale e di pepe, bagnate con il vino e lasciate sfumare.

3. Aggiungete i porcini, ben strizzati e tritati, i funghi misti a pezzetti, i pomodori pelati, passati al setaccio, e la foglia di alloro; portate a bollore e fate cuocere per circa 45 minuti fino a ottenere una salsa abbastanza densa. A metà cottura, aggiustate di sale.

4. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e conditela con il ragù (se fosse necessario, bagnate con un goccio di acqua di cottura). Impiattate, guarnite con la pancetta tenuta da parte e servite.

Cavatappi con ragù di maiale al profumo di curry

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di cavatappi
400 g di polpa di maiale
200 g di pomodorini tipo piccadilly
2 scalogni
200 ml di brodo vegetale
2 foglie di alloro
1 cucchiaio di curry in polvere
125 ml di vino bianco
1 peperoncino
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Tritate grossolanamente la polpa di maiale; in una casseruola scaldate un filo di olio, aggiungete la polpa di maiale e l'alloro, e fate rosolare per qualche minuto. Sfumate con il vino, salate leggermente e profumate, a piacere, con un pizzico di peperoncino.

2. Coprite e fate cuocere a fuoco dolce per 30 minuti; se il fondo dovesse asciugarsi troppo, bagnate di tanto in tanto con il brodo vegetale bollente. Aggiungete il curry, gli scalogni tritati e i pomodorini tagliati a spicchi; mescolate bene e fate cuocere per altri 10-15 minuti.

3. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e trasferitela nella casseruola con il ragù. Mantecate per qualche minuto, quindi impiattate, condite con un filo di olio a crudo e servite.

FA' LA COSA GIUSTA!

Dal 13 al 15 marzo 2015 Milano ospita la dodicesima edizione di **Fa' la cosa giusta!**, la fiera nazionale del consumo critico e degli stili di vita sostenibili, presso gli storici padiglioni di fieramilanocity. Molte le iniziative legate ai temi dell'alimentazione biologica, a km zero o cruelty free, alla moda etica, all'abitare green, ai prodotti del commercio equo e ai progetti delle associazioni e cooperative non profit. Laboratori di cucina e showcooking, all'insegna dell'autoproduzione, porteranno i visitatori a conoscere e sperimentare un nuovo modo di alimentarsi all'insegna della salute e del basso impatto ambientale. www.falacosagiusta.org

ALLE ORIGINI DEL GUSTO

Apre il **7 marzo ad Asti**, nella splendida cornice di Palazzo Mazzetti, la mostra **"Alle origini del gusto. Il Cibo a Pompei e nell'Italia antica"**, un viaggio alla scoperta del comportamento alimentare italiano. La mostra ha un'impostazione innovativa e originale basata sull'incontro fra archeologia e tecnologia con ricostruzioni delle attività e delle consuetudini alimentari dei Romani, dei Greci e degli Etruschi basate su fonti letterarie, archeologiche e paleo-ambientali. www.palazzomazzetti.it

10 ANNI A TUTTA BIRRA

Compie **10 anni l'Italia Beer Festival**, la manifestazione itinerante dedicata alla promozione della birra artigianale e di qualità e li festeggia a **Milano**, presso i locali dell'**East End Studios – Studio 90**. Dal **20 al 22 marzo** il capoluogo lombardo ospiterà tre giorni di festa con degustazioni, laboratori, spettacoli musicali ed eventi dedicati a diffondere la conoscenza del mondo birrario artigianale italiano. Accanto agli stand dedicati alla birra, ci saranno banchi di food di prodotti artigianali del settore. **35 i birrifici** presenti e oltre **200 birre in degustazione** provenienti da numerose regioni italiane che potranno essere spiegate direttamente dai **birrai** presenti in rappresentanza delle varie etichette. Per maggiori informazioni: www.degustatoribirra.it

BIANCO PONTINO

Nasce nell'Agro Pontino, **Antinoo**, vino bianco dal blend di Viognier e Chardonnay, dal colore giallo con riflessi dorati e un aroma di acacia e ginestra. È prodotto dall'Azienda Agricola **Casale del Giglio** fondata nel 1967 che si estende per oltre 180 ettari di vigneto e offre una gamma di 20 prodotti tra vini – punta di diamante il rosso **Mater Matuta** – grappe e olio extravergine di oliva. Antinoo è ottimo in abbinamento con la Pasta alla Gricia.

CARNE E PEPERONCINO

Per tutti gli amanti della buona carne, che si trovano a passare in quel di Roma, segnaliamo un appuntamento da non perdere: **sabato 14 marzo, dalle 10.00 alle 19.30, Massimo Piccheri**, mente e cuore delle **Officine del Gusto**, organizza una giornata di degustazione di squisiti piatti a base di carne cruda con abbinamenti singolari: frutta, zuppe, e naturalmente ottimi vini. L'evento è organizzato in collaborazione con **Rita Salvadori** dell'azienda agricola **Peperita** che vanta una coltivazione di oltre 81.000 piante di 12 varietà di peperoncino provenienti da più aree geografiche del mondo. Le piante sono curate con metodo biologico/biodinamico e derivano al 100% da semi della stessa coltivazione. Rita Salvadori collabora con chef stellati e selezionate gastronomie in tutta Italia, organizza corsi e degustazioni di assaggiatori di peperoncino da abbinare a cibo e al vino. Le Officine del Gusto si trovano in via Conca d'Oro 260, a Roma. www.leofficinedelgustoenotecaroma.com; www.peperita.it

PASQUA di TRADIZIONE

A PASQUA STUPITE AMICI E PARENTI CON SECONDI E ARROSTI DI CARNE DA VERI GOURMET. AGNELLO, SIMBOLO GASTRONOMICO PER ANTONOMASIA, MA ANCHE CONIGLIO, SUINO E CINGHIALE VENGONO NAPPATI CON SALSE VELLUTATE E ABBINATI A CONTORNI ELEGANTI E GUSTOSI. PER UNA FESTA ALL'INSEGNA DELLA TRADIZIONE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MASSIMO PICCHERI (Le Officine del Gusto, Roma)
foto e styling di ELISA ANDREINI

Corona di agnello con croccante di carciofi e fonduta di taleggio

Ingredienti (per 4 persone)

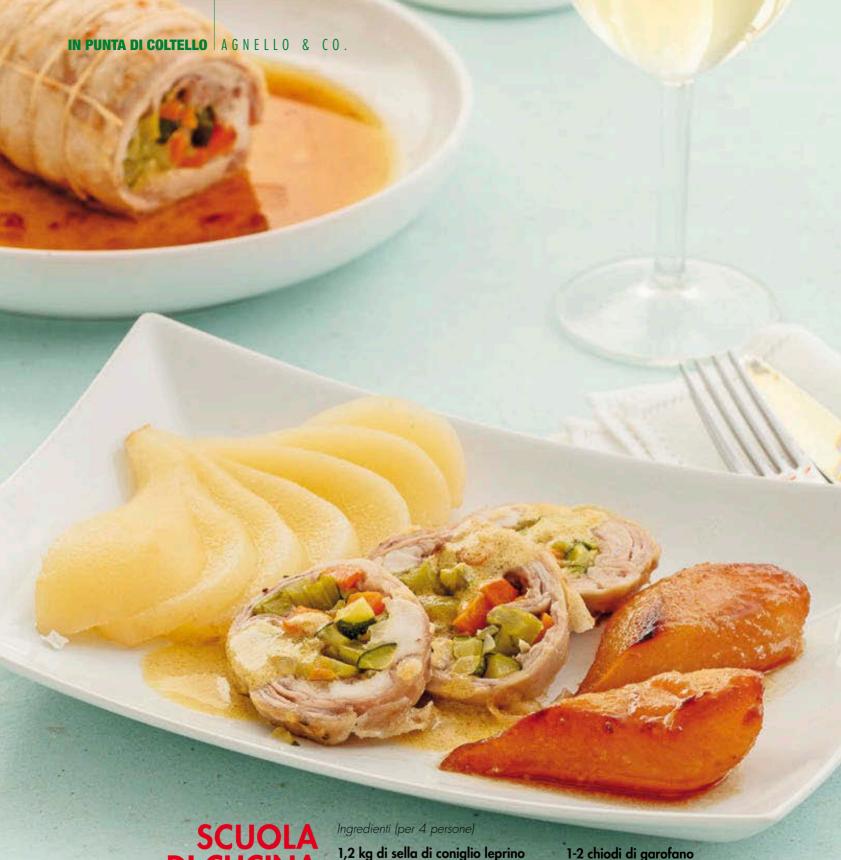
1,2 kg di carré di agnello
200 g di taleggio di alpeggio
6 carciofi; 2 uova
1 arancia; 1 limone
qualche rametto di rosmarino e timo
1-2 foglie di alloro
1 ciuffo di maggiorana
30 ml di panna liquida
pangrattato; vino bianco
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Fate scalzare dal macellaio le ossa delle costole del carré e fate intaccare le vertebre in corrispondenza delle costole; preparate un trito con una parte delle erbe aromatiche e un pizzico di sale e di pepe, e insaporite bene il carré. Arrotolate il carré, formando una corona, e legate con spago da cucina.

2. Trasferite la corona in una teglia da forno, disponete al centro un mazzetto di erbe aromatiche e qualche spicchio di arancia e di limone, condite con un filo di olio e infornate a 180 °C per circa un'ora e mezza, bagnando di tanto in tanto con un goccio di vino.

3. Mondate i carciofi, eliminando le foglie esterne più dure, e tagliateli a spicchi abbastanza sottili; sbattete le uova con un pizzico di sale, passate gli spicchi di carciofo prima nelle uova e poi nel pangrattato, e friggeteli in abbondante olio di semi ben caldo. Scolateli, fateli asciugare su carta assorbente da cucina e teneteli da parte in caldo.

4. In un pentolino raccogliete il taleggio a dadini e la panna, mettete su fuoco molto basso e fate sciogliere fino a ottenere una consistenza cremosa. Aggiustate infine di sale e di pepe. Trascorso il tempo di cottura, sfornate la corona e servite, portando a parte la fonduta di taleggio e i carciofi croccanti.

SCUOLA DI CUCINA

Sella di coniglio leprino della Tuscia agli aromi con pere glassate

Ingredienti (per 4 persone)

1,2 kg di sella di coniglio leprino della Tuscia
150 g di lardo di Colonnata a fette
2 coste di sedano
2 carote; 2 cipolle; 2 zucchine
2 spicchi di aglio; 1 rametto di timo
1 ciuffo di maggiorana
qualche rametto di rosmarino
3 limoni; 5 pere
1-2 chiodi di garofano
200 g di zucchero di canna
1 stecca di cannella
250 ml di panna liquida
senape di Digione
vino passito; vino bianco
burro di panna fresca
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1

DISOSSATE LA SELLA E FARCITELA

Mondate e tagliate a dadini una carota, una costa di sedano, una cipolla, uno spicchio di aglio e le zucchine; scaldate un filo di olio in una padella, aggiungete le verdure e fatele rosolare dolcemente regolando di sale e di pepe. Disossate la sella di coniglio, quindi stendetela, rifilate le parti in eccesso e tenetele da parte. Disponete al centro della sella la dadolata di verdure.

2

ARROTOLATE E COPRITE CON IL LARDO

Avvolgete la sella di coniglio, fino a ottenere un rotolo, coprite con le fette di lardo e legate bene con spago da cucina. Trasferite la sella in una teglia da forno, condite con un filo di olio e infornate a 180 °C per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate riposare.

3

PASSATE ALLA SALSA

Mondate e tagliate a dadini il sedano, la cipolla, la carota e lo spicchio di aglio restanti; fateli rosolare in una padella con un filo di olio, le erbe aromatiche tritate e le parti del coniglio tenute da parte e tagliate a pezzetti. Bagnate con un goccio di vino e fate sfumare a fuoco vivace, quindi aggiungete un cucchiaio di senape e la panna liquida, portate a ebollizione e fate cuocere fino ad addensamento. Regolate di sale e di pepe. Passate la salsa ottenuta a un colino e tenete da parte.

4

PREPARATE LE PERE E COMPLETATE

Sbucciate tre pere, tagliatele a spicchi e fatele cuocere in un tegame con 100 g di zucchero, la cannella, i chiodi di garofano e un bicchiere di vino bianco; sbucciate le pere restanti e fatele cuocere intere in un altro tegame con 80 g di zucchero, il succo dei limoni e un bicchiere di passito. Scolatele, tagliatele a spicchi e fatele caramellare in una padella con una noce di burro e lo zucchero restante. Tagliate la sella a fette, nappatele con la salsa e servite con le pere cotte nel vino e con quelle caramellate.

Caldo freddo di filetto di suino alla liquirizia con cipolle di Tropea e granita al limone

(pag. 84)

Lombatina di cinghiale lardellata
con olive taggiasche
e dadolata di patate (pag. 84)

Caldo freddo di filetto di suino alla liquirizia con cipolle di Tropea e granita al limone

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di filetti di suino di cinta senese
1 stecca di liquirizia
5 cipolle di Tropea
1 spicchio di aglio
1 limone
qualche rametto di timo
vino bianco
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Ricavate dai filetti due tranci di uguali dimensioni (rifilate i bordi e teneteli da parte); Tagliate quattro medaglioni e legateli con spago da cucina.

2. In una casseruola fate rosolare i ritagli di carne, tagliati a pezzetti, con un filo di olio e l'aglio in camicia. Aggiungete la liquirizia, tagliata a pezzetti piccoli, e sfumate con un bicchiere di vino. Passate il liquido ottenuto in un colino, rimettete sul fuoco e fate ridurre di un terzo. Spegnete e tenete da parte.

3. Tagliate le cipolle a julienne e fatele appassire in un tegame con un filo di olio; bagnate con un po' di brodo vegetale, aggiustate di sale e di pepe, e fatele cuocere per circa 15-20 minuti.

4. Scaldate un filo di olio in padella, profumate con il timo e fate rosolare i medaglioni su tutti i lati per circa 15 minuti, mantenendoli ben succosi. Disponeteli nei piatti da portata, sopra un letto di cipolle, e nappate con la salsa ottenuta. Accompagnate con la granita al limone, guarnite con un filetto di scorza di limone e servite.

Granita al limone

Ingredienti

200 ml di succo di limone
100 g di zucchero di canna

Preparazione

1. Preparate la granita: versate 200 ml di acqua in un tegame, aggiungete lo zucchero, mettete sul fuoco e fate sciogliere su fiamma molto bassa; togliete il tegame dal fuoco, unite il succo di limone e mescolate per bene.

2. Versate in un recipiente di acciaio e mettete in freezer per 2-3 ore, mescolando con un cucchiaio di legno ogni 20 minuti per rompere i cristalli di ghiaccio. Aiutandovi con un dosagelato, prelevate la granita, trasferitela nelle ciotoline individuali e servite insieme al filetto di suino.

Lombatina di cinghiale lardellata con olive taggiasche e dadolata di patate

Ingredienti (per 4 persone)

1,5 kg di lombata di cinghiale giovane
150 g di lardo di colonnata a fettine
200 g di olive taggiasche snocciolate
1 costa di sedano
1 carota
1 cipolla
1 pomodoro
1 spicchio di aglio
1-2 foglie di alloro
qualche rametto di rosmarino
1 kg di patate a pasta bianca
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Togliete le ossa dalla lombata e fatele tostare in forno a 180 °C per circa mezz'ora insieme alle verdure, mondate e tagliate a dadini, e l'alloro; levate, trasferite tutto in una pentola, coprite con l'acqua (almeno quattro dita) e lasciate cuocere a fuoco lento per circa quattro ore, schiumando spesso e aggiungendo altra acqua a coprire man mano che questa evapora.

2. Trascorso il tempo di cottura, spegnete e lasciate raffreddare. Filtrate il liquido ottenuto e, se necessario, rimettete sul fuoco e fate ridurre ancora fino a raggiungere una densità quasi cremosa. Aprite la lombata, così da ottenere una fetta unica, e stendete sopra il lardo, tenendo da parte alcune fettine, le olive e qualche aghetto di rosmarino; arrotolate la carne, avvolgete con il lardo tenuto da parte e legate con spago da cucina.

3. Sbucciate le patate e tagliatele a quadratini; trasferitele in una teglia, condite con un filo di olio, l'aglio in camicia, qualche rametto di rosmarino e un pizzico di sale e di pepe, e fate cuocere a 200 °C per circa 20 minuti.

4. Scaldate un filo di olio in padella, disponete il rotolo di carne e fatelo rosolare da tutti i lati. Trasferitelo nella teglia con le patate e infornate per altri 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e servite.

In libreria "Scuola di carni". Taglio per taglio, tecnica di cottura per tecnica di cottura, ricetta per ricetta, un volume imperdibile per tutti quelli che… ma quant'è buona la ciccia. (LT Editore, 24,90 euro).

Lombatine di agnello con guanciale purè di porri anelli di cipolle e midollo di bue (pag. 86)

Lombatine di agnello con guanciale purè di porri anelli di cipolle e midollo di bue

Ingredienti (per 4 persone)

1,2 kg di lombata di agnello
1 costa di sedano
1 cipolla bianca
2 cipolle rosse di Tropea
2 carote
3 porri
100 g di guanciale di cinta senese a fette sottili
150 g di fegato grasso di oca
4 pezzi di midollo di bue
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Pulite i porri e fate a rondelle la parte bianca; fateli stufare in un tegame con un filo di olio, regolate di sale e di pepe e proseguite la cottura per circa 20 minuti a fuoco lento, aggiungendo di tanto in tanto un goccio di acqua calda.

2. In una padella ben calda fate saltare il fegato grasso d'oca per qualche minuto, quindi frullatelo insieme ai porri fino a ottenere una crema omogenea. Pulite le cipolle rosse e tagliatele ad anelli; fatele appassire in padella con un filo di olio per qualche minuto. Regolate infine di sale e di pepe.

3. In una padella fate rosolare il midollo di bue con un filo di olio per circa due minuti, quindi infornate a 200 °C e fate cuocere per altri due minuti. Levate e tenete da parte. Massaggiate la lombata con sale e pepe. Mondate e tagliate a dadini il sedano, la cipolla bianca e le carote; in una padella fateli appassire con un filo di olio, aggiungete la lombata e fatela rosolare da tutti i lati.

4. Trasferite la carne e gli odori in una teglia e fate cuocere in forno a 200 °C per circa cinque minuti. Levate, avvolgete nel guanciale e proseguite la cottura per altri due minuti, fino a renderlo croccante. Sfornate, scaloppate la lombata, accompagnate con il purè di porri, le cipolle e il midollo, e servite.

Costolette di agnello con cagliata di latte di pecora purè di melanzane e peperoni fritti

Ingredienti (per 4 persone)

1,2 kg di costolette di agnello
400 ml di latte di pecora
1,5 g di agar agar
2 melanzane
12 peperoni di Senise
2 cipolle rosse
1 spicchio di aglio
1 bicchiere di vino rosso
1 bicchiere di porto
1 arancia
zucchero di canna
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Scaldate il di latte di pecora, portandolo oltre gli 80 °C, e fatevi sciogliere l'agar agar; versatelo in un recipiente quadrato e lasciatelo raffreddare per circa un'ora, quindi sformatelo e ricavate tanti cubetti.

2. Tagliate a fettine sottili una melanzana, mettetela in una teglia, rivestita con carta forno leggermente unta di olio, e fatela seccare in forno a 100 °C per circa 25-30 minuti. Sbucciate la melanzana restante e fate caramellare le bucce in un tegame con le cipolle tritate, un filo di olio e un pizzico di zucchero; sfumate con il vino rosso, bagnate con un goccio di acqua calda e fate cuocere per circa 20 minuti.

3. Frullate tutto, passate la salsa ottenuta in un colino, rimettete sul fuoco e fate ridurre leggermente; in un'altra padella fate ridurre il porto della metà, quindi unitelo alla salsa e tenete da parte. Tagliate a dadini la polpa della melanzana e fatela cuocere in padella con un filo di olio, l'aglio in camicia e un pizzico di sale. Eliminate l'aglio, frullate e aromatizzate con la scorza dell'arancia grattugiata.

4. Sciacquate i peperoni, tagliateli a metà e privateli dei semini interni; friggeteli in abbondante olio di semi ben caldo, quindi scolateli e teneteli da parte. Scaldate un filo di olio in padella, disponete le costolette e fatele rosolare da tutti i lati. Trasferite in forno e proseguite la cottura a 200 °C per circa 10 minuti. Levate, accompagnate con il purè di melanzane, guarnite con i peperoni e i cubetti di cagliata, e servite.

Costolette di agnello con cagliata di latte di pecora purè di melanzane e peperoni fritti

DI PUNTO IN BIANCO

PER LA FACILITÀ DI ALLEVAMENTO, CHE NE FACEVA UN TEMPO UNA RISORSA A PORTATA DI MOLTE FAMIGLIE, CONIGLIO E POLLO SONO PROTAGONISTI DI TANTE RICETTE TRADIZIONALI DELLE NOSTRE REGIONI. IN QUESTE PAGINE NE PUBBLICHIAMO QUATTRO: TRATTE DAI RICETTARI DI LIGURIA E LAZIO, PORTANO CON SÉ TUTTO IL PROFUMO DELLE ERBE E DEGLI AROMI MEDITERRANEI

a cura della redazione - foto e styling di SABRINA ROSSI ed ELISA ANDREINI

Coniglio alla viterbese in chiave moderna (pag. 92)

Coniglio alla ligure
(pag. 92)

Pollo alla cacciatora in bianco

(pag. 92)

Rollatina di pollo e salsiccia (pag. 92)

Coniglio alla viterbese in chiave moderna

Ingredienti (per 4 persone)

1 coniglio già pulito
e tagliato a pezzi
2 dl aceto di vino bianco
1 ciuffo di salvia fresca
1 cipolla; olive nere
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Scaldate un filo di olio in una casseruola con la cipolla e la salvia tritti, aggiungete i pezzi di coniglio e fate rosolare, mescolando ogni tanto. Aggiungete le olive, snocciolate, bagnate con l'aceto e fate cuocere per una ventina di minuti.

2. Versate un bicchiere di acqua tiepida e completate la cottura per una mezz'ora. Regolate di sale e di pepe. Servite il coniglio con il suo fondo di cottura e un filo di olio a crudo.

In libreria "Il libro del pollo": oltre 50 ricette, gustosissime e per tutte le occasioni (LT Editore, 16,00 euro).

Coniglio alla ligure

Ingredienti (per 4 persone)

1 coniglio già pulito
e tagliato a pezzetti
1 dl di aceto di vino bianco
1 spicchio di aglio
2 rametti di rosmarino
200 g di olive taggiasche
3 dl di vino rossese
di dolceacqua
80 g di triplo concentrato
di pomodoro
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Mettete i pezzi di coniglio in una ciotola, aggiungete l'aceto e 1 rametto di rosmarino, coprite con acqua e lasciate riposare per almeno 12 ore. Trascorso il tempo, scolateli e asciugateli.

2. Tritate l'aglio e gli aghi del rametto di rosmarino rimasto e fate soffriggere in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete i pezzi di coniglio e fateli rosolare in modo uniforme. Aggiungete il concentrato di pomodoro e le olive, snocciolate, e lasciate insaporire.

3. Bagnate con il vino, fate sfumare e completate la cottura per una quarantina di minuti. Regolate eventualmente di sale. Al termine, levate e servite, con il fondo di cottura e un filo di olio a crudo.

Pollo alla cacciatora in bianco

Ingredienti (per 4 persone)

1 pollo ruspante già pulito
1 cipolla; 2 spicchi di aglio
2 acciughe sotto sale
40 olive di Gaeta
1/2 bicchiere di vino bianco
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Fiammeggiate il pollo, quindi sciacquatelo, asciugatelo, tamponandolo con carta assorbente da cucina, e tagliatelo in otto pezzi. Affettate sottilmente la cipolla e tritate la metà delle olive. Sciacquate le acciughe, per eliminare il sale di conservazione, pulitele e tritatele.

2. In una casseruola fate rosolare il trito di cipolla con gli spicchi di aglio e un filo di olio. Unite i pezzi di pollo, salate, pepate e fateli rosolare in modo uniforme, girandoli ogni tanto, finché non saranno ben dorati.

3. Unite le olive tritate e quelle intere, e il trito di acciughe, sfumate con il vino e con due cucchiai di aceto, e mescolate. Bagnate con poca acqua calda e portate a ebollizione. Abbassate la fiamma e fate cuocere per circa 45 minuti, mescolando di tanto in tanto. Levate e servite.

Rollatina di pollo e salsiccia

Ingredienti (per 4 persone)

8 fusi di pollo
200 g di salsiccia fresca
50 g di capperi sott'aceto
2 spicchi di aglio
50 g di olive nere già
snocciolate
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Spellate la salsiccia, sgranatela con una forchetta e raccoglietela in una ciotola. Unite i capperi, scolati e tritati, condite con un pizzico di sale e una macinata di pepe e mescolate. Disossate i fusi di pollo, estraendo l'osso dalla parte superiore, e farciteli con il ripieno.

2. Disponete i fusi farciti in una teglia da forno unta con un filo di olio, aggiungete le olive, l'aglio e un po' di prezzemolo, tritati, salate, pepate e fate cuocere in forno già caldo a 200 °C per una mezz'ora.

3. Trascorso il tempo, levate, lasciate intiepidire e servite a fette. Eventualmente potete accompagnare con un'insalatina di stagione.

Alice MASTERPIZZA

i PRIMI VERDETTI!

Foto Domenico Bianco

DOPO TRE PUNTATE CON SFIDE ALL'ULTIMA PIZZA, I TRE GIUDICI **ANTONINO ESPOSITO**, **CRISTINA LUNARDINI** E **SERGIO MARIA TEUTONICO** HANNO SELEZIONATO I PRIMI SEI PIZZAIOLI. A CONDURRE LE DANZE, IL BRAVO E SIMPATICO **IVAN BACCHI**

Il cammino verso il titolo di Masterpizza non è certo una passeggiata. In ogni puntata sei concorrenti combattono… all'arte bianca, affrontando prove diverse.

PROVA DI IMPASTO
È determinante per valutare la maestria e la bravura di ogni pizzaiolo.

PROVE A TEMA
Vedono i concorrenti affrontarsi uno contro uno. Al termine delle prove solo in tre passano alla prova successiva.
- Preparazione di una pizza a scelta con un ingrediente obbligatorio e uno vietato.
- Prova con quiz enogastronomico. Ogni risposta esatta fa guadagnare un ingrediente per preparare una pizza.
- Preparazione di una pizza con un ingrediente Slow Food ben specificato.

PROVA SALVEZZA
È il momento topico di ogni puntata. Coinvolge i tre concorrenti "superstiti" dopo le prove a tema, che si sfidano con una pizza a tema libero. Al termine, solo in due si salvano, conquistando l'accesso alle finali!

I GIUDICI
ANTONINO ESPOSITO: è l'anima frizzante del programma. Esperto della pizza a 360 gradi, è intransigente sulla tecnica dell'arte bianca. Difficile frenare il suo entusiasmo, che contagia concorrenti e giuria. CRISTINA LUNARDINI: chef e insegnante, non perde mai il controllo su quanto accade davanti ai forni e dietro al banco dei giudici. È la portavoce ufficiale delle decisioni della giuria, che motiva con puntualità e bon-ton. SERGIO MARIA TEUTONICO: chef e assaggiatore di professione, è in grado come nessun altro di raccontare i personaggi, metterli a proprio agio e prepararli psicologicamente alla gara che si aggiungono ad affrontare.

I PROMOSSI

Ernesto Palmieri, 30 anni. Per lui la pizza è tradizione e innovazione.

Marcello Fotia, 35 anni. Chef e istruttore di pizza, è membro di club e federazioni del settore.

Cristian De Rosa, 28 anni, ha una medaglia di campione mondiale di pizza acrobatica.

Aniello Mareschi, 42 anni. Chef e pizzaiolo, elabora pizze prendendo spunto dai piatti del suo ristorante.

Barbara Badyla, 27 anni, una laurea in psicologia. Una cena in Costiera l'ha spinta a cambiare mestiere.

Francesco Soave, 26 anni, lavora in due pizzerie: di giorno e di sera. Lontano dalla pizza non sa stare!

Alice MASTER PIZZA **In onda tutti i sabati alle 21.30 su Alice, canale 221 del digitale terrestre**

TUTTI
I COLORI
DELLA PIZZA
Dal 7 febbraio
il SABATO alle 21.00
e la DOMENICA alle 14.00
SERGIO MARIA TEUTONICO
CRISTINA LUNARDINI

Alice

CANALE 221
sul digitale terrestre

IN COLLABORAZIONE CON

Industria Specialità Alimentari

Pane e LATTE

IL LATTE È L'INGREDIENTE SEGRETO CON CUI GIOVANNI GANDINO REALIZZA DELIZIE DI PANE FRAGRANTI E SOFFICI. ARRICCHITE DALL'AGGIUNTA DI PARMIGIANO, RICOTTA E YOGURT, E POI CONFEZIONATE A FORMA DI COLOMBINA, CHIOCCIOLINA, BABÀ…, SONO IDEALI PER I PRIMI PICNIC (ANCHE QUELLO DEL LUNEDÌ DELL'ANGELO), COME ACCOMPAGNAMENTO A FORMAGGI FRESCHI E STAGIONATI

a cura della redazione; ricette di GIOVANNI GANDINO*
foto di ANGELA DE SANTIS e LUCA LUPORI

Chiocciole di pane alla ricotta affumicata (pag. 98)

*Giovanni Gandino è maestro panificatore e docente di tecnica molitoria. Consulente di alcune importanti aziende dolciarie e molitorie, per le quali si occupa di "ricerca e sviluppo", è inoltre socio e collaboratore dell'Antim (Associazione nazionale tecnici dell'industria molitoria). Potete scrivergli contattandolo sulla sua pagina Facebook o all'indirizzo e-mail elianto74@yahoo.it

Colombine di pane allo yogurt (pag. 98)

Chiocciole di pane alla ricotta affumicata

Ingredienti

500 g di farina (220 W)
250 ml di latte
10 g di lievito di birra fresco
100 g di ricotta affumicata ben asciutta
50 g di olio di semi
12 g di sale

Preparazione

1. Disponete la farina a fontana e unite al centro il latte freddo con il lievito di birra sbriciolato; iniziate a impastare e, appena la farina avrà assorbito il latte, aggiungete la ricotta grattugiata, l'olio e infine il sale. Amalgamate accuratamente fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti.

2. Trascorso il tempo di riposo, tagliate l'impasto ottenuto a filoncini (del diametro di circa 1 cm); arrotolate i filoncini su se stessi e realizzate tante chiocciole. Lasciate lievitare fino al raddoppio del volume, quindi infornate a 180 °C con forno ventilato e fate cuocere per circa 12 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, lasciate raffreddare e servite.

Colombine di pane allo yogurt

Ingredienti

500 g di farina (220 W)
100 ml di latte
150 g di yogurt intero alla vaniglia
10 g di lievito di birra fresco
50 g di burro morbido
12 g di sale

Preparazione

1. Sciogliete il lievito di birra nel latte. Disponete la farina a fontana, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; aggiungete lo yogurt e, appena la farina avrà assorbito tutti i liquidi, aggiungete il burro e infine il sale. Lavorate ancora fino a ottenere un impasto morbido, omogeneo e profumato alla vaniglia.

2. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti a temperatura ambiente. Trascorso il tempo di riposo, prelevate delicatamente un pezzetto di impasto e adagiatelo in uno stampo in silicone a forma di colombina, facendo attenzione che non occupi più della metà dello spazio; pesate quindi questo pezzo e avrete la giusta dose da usare per ogni stampino.

3. Una volta esaurito tutto l'impasto, lasciate lievitare le colombine ottenute fino al raddoppio del volume iniziale. Infornate le colombine a 180 °C, con forno ventilato, e fate cuocere per circa 12 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare.

Babà di pan brioche al parmigiano

Ingredienti

1 kg di farina (220 W)
300 g di uova
50 g di burro
25 g di lievito di birra fresco
200 g di latte
20 g di sale
100 g di parmigiano grattugiato

vi serve inoltre

parmigiano (per spolverizzare)

Preparazione

1. Mescolate la farina con il lievito di birra sbriciolato; unite gradualmente le uova e fate incorporare bene. Aggiungete il parmigiano grattugiato, il latte e il burro a pomata, e amalgamate ancora.

2. Terminate con il sale e impastate fino a ottenere un composto liscio, omogeneo e abbastanza solido. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo, dividete l'impasto in pezzi di circa 30 g l'uno; disponeteli negli stampini per babà in silicone, facendo attenzione a non riempirli più della metà. Spolverizzate ancora con un po' di parmigiano e lasciate lievitare fino al raddoppio del volume iniziale (per circa un paio di ore).

4. Infornate i babà a 170 °C e fate cuocere per circa 20 minuti; quando risulteranno ben gonfi, levate e lasciate raffreddare (fate attenzione a non farli scurire troppo). Sformate, guarnite a piacere e servite.

Il burro a pomata

Come rendere il burro "a pomata"? Prendete il vostro burro dal frigorifero e tagliatelo a fette sottili; stendetele su un tagliere (non in legno) e, utilizzando un tarocco, "spatolate": muovete la vostra spatola come se applicaste lo stucco a una parete e proseguite così fino a quando il burro sarà diventato cremoso ma non sciolto.

Babà di pan brioche al parmigiano

Grappoli di pane al latte
(pag. 102)

Focaccine di burrata pannosa

(pag. 102)

Grappoli di pane al latte

Ingredienti

500 g di farina (220 W)
250 ml di latte
10 g di lievito di birra fresco
50 g di burro
12 g di sale
15 g di zucchero

vi servono inoltre

panna liquida fresca
semola (per spolverizzare)

Preparazione

1. Sciogliete il lievito di birra fresco nel latte; disponete la farina a fontana, aggiungete al centro lo zucchero e il lievito sciolto, e iniziate a impastare; appena la farina avrà assorbito tutto, unite il burro a pomata e infine il sale, e lavorate ancora fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti coperto da pellicola.

2. Trascorso il tempo di riposo, ricavate dall'impasto tanti filoncini (del diametro di circa 1 cm) e poi tagliateli fino a ottenere tanti piccoli gnocchetti. Arrotondateli delicatamente, disponeteli in una teglia, spolverizzata con un po' di semola, e uniteli formando tanti piccoli grappoli. Spennellateli con un goccio di panna fresca.

3. Lasciate lievitare i grappoli fino al raddoppio del volume iniziale, quindi infornateli a 180 °C, con forno ventilato, e fateli cuocere per circa 12 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, lasciate raffreddare e servite.

Focaccine di burrata pannosa

Ingredienti

500 g di farina (220 W)
300 g di latte
10 g di lievito di birra fresco
50 g di olio extravergine di oliva (leggero)
12 g di sale

vi servono inoltre

panna liquida fresca
stracciatella di burrata
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Sciogliete il lievito di birra nel latte. Disponete la farina a fontana, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; appena la farina avrà assorbito il liquido, aggiungete l'olio e infine il sale, e lavorate ancora fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti a temperatura ambiente.

2. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello stendete l'impasto delicatamente e a uno spessore di circa 1-1,5 cm; lasciate rilassare l'impasto per appena 10 minuti, quindi con un coppapasta (da circa 7 cm di diametro) ricavate tanti dischetti. Lasciateli lievitare fino al raddoppio del volume iniziale e poi spennellateli con un po' di panna liquida.

3. Infornate le focaccine a 180 °C, con forno ventilato, e fate cuocere per circa 12 minuti; trascorso il tempo di cottura, sfornate e condite le focaccine con un cucchiaio generoso di stracciatella di burrata (a temperatura ambiente) e un filo di olio a crudo. Portate in tavola e servite.

Il consiglio del mese

Non vi preoccupate mai dei tempi nelle ricette perché nella panificazione vige l'anarchia più completa: è l'impasto a decidere quando è il momento giusto per essere utilizzato. Per riconoscerlo, vi consiglio di premerlo delicatamente con i polpastrelli delle dita: se l'impasto pressato ritorna velocemente alla forma precedente, allora è ben lievitato; se si sgonfia, non tornando più alla forma originale, è troppo lievitato oppure non ha lievitato correttamente. Quindi prendetevi il tempo per aspettare, questo è un lusso nei nostri tempi… godetevelo!

C'è farina e farina

W < 120
farine biscottiere (non utilizzabili in panificazione)

120 < W < 200
farine di bassa forza (trovabili nei supermercati e adatte agli usi casalinghi)

200 < W < 300
farine di forza media (adatte alla piccola panificazione, focacce e pizze a lievitazione corta)

300 < W < 400
farine di forza (adatte per la panificazione, preparazione di lieviti, rinfreschi e pizze a lunga lievitazione)

W > 400
farine di forza elevata (adatte a impasti che richiedono un'elevata fermentazione)

COME UN'ÉTOILE

Solo ingredienti di altissima qualità e una lievitazione di ben 72 ore per la **colomba Étoile**: farina con germe di grano macinato a pietra, vaniglia in bacche della qualità Bourbon del Madagascar, scorze di arance di Sicilia candite a fresco con zucchero di canna, pregiato miele d'acacia toscano, sale marino integrale di Cervia, burro di Charentes- Poitou dop e mandorle di Toritto, dalla forma arrotondata e dal sapore intenso. Da Vergani

SUPER GORGONZOLA

Il 2014 ha registrato un incremento del 7% nella produzione del **Gorgonzola dop** che rappresenta uno dei primi 3 formaggi italiani dop di latte vaccino più esportati nel mondo, grazie anche all''impegno costante del Consorzio che ne cura la tutela.

DIVINE DOLCEZZE DI AGNONE

Narra una leggenda che un cavaliere errante portò in dono ai monaci di San Bernardino, in segno di riconciliazione, un dolce chiamato **Ostia di Agnone**. Proprio da una ricetta antichissima nascono queste deliziose ostie realizzate con noci, mandorle, cacao e miele, tutti ingredienti di primissima scelta, dall'azienda molisana Labbate Mazziotta, già nota al pubblico dei golosi per la produzione della **Campana ricoperta di cioccolato**.

BUONO E GENUINO

È buono, sano e genuino, perché cresciuto e allevato come vuole la tradizione. Il **pollo ValVerde** viene allevato nelle campagne del Piemonte nel pieno rispetto del benessere animale. Controllato e certificato, rintracciabile dall'allevamento alla macellazione, è gestito in una filiera corta, garanzia di indubbia qualità.

ROSSA, DELICATA E CROCCANTE

Somigliante nell'aspetto alla Fuji, la **Fujion MelaPiù** è una mela piacevole al palato, adatta a chi cerca sapori più facili della Fuji. Ha la polpa mediamente croccante, ideale per grandi e piccini, perfetta a fine pasto ma anche in cucina per la preparazione di ricette dolci e salate.

BLOG SI MANGIA!

www.alice.tv
www.latartemaison.it
www.lacucinaimperfetta.com
lamontagnaincantata.blogspot.it
www.lafrittataefatta.it

PASQUALINA e DINTORNI

PERFETTE PER BRUNCH E PICNIC, TORTE E CROSTATE SALATE VENGONO REALIZZATE CON IMPASTI BASE CLASSICI E RIVISITATI, E FARCE GUSTOSE E SUCCULENTI. DALLA TRADIZIONALE TORTA PASQUALINA, IMMANCABILE SULLE TAVOLE DEL PERIODO DI FESTA, ALLA ORIGINALE CROSTATA AL GRANO ARSO, CE N'È DAVVERO PER TUTTI I GUSTI

a cura della redazione - foto di ALBERTO FAVARA e SABRINA ROSSI

Crostata con riso e pomodorini semiconfit
(pag. 106)

Crostata ai friggitelli semicaramellati e frolla allo zafferano
(pag. 106)

Crostata con riso e pomodorini semiconfit

Ingredienti (per 6 persone)

260 g di pasta frolla salata
500 g di pomodorini ciliegino
4 cucchiai di riso bianco
6 cucchiai di senape di Digione
2 cucchiai di panna leggermente montata
1 foglia di alloro
1 rametto di timo
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di basilico
7 g di pepe bianco
pecorino di Pienza; burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Stendete la frolla in un disco spesso circa due mm e con questo rivestite uno stampo ad anello (da 24 cm di diametro), imburrato; bucherellate il fondo e trasferite in frigorifero per 20 minuti. Trascorso questo tempo, coprite con carta forno e fagioli secchi, quindi infornate a 190 °C per 30-35 minuti.

2. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, togliete la carta e i fagioli, abbassate il forno a 170 °C e fate cuocere per altri 10 minuti, finché la frolla sarà leggermente dorata. Levate, togliete l'anello e fate raffreddare su una griglia.

3. Per i pomodorini: scaldate 1/2 l di olio in una pentola e mettete i pomodorini interi (alcuni ancora attaccati al rametto). Profumate con l'alloro, il timo sfogliato, l'aglio e il pepe bianco, fate cuocere a fuoco dolce per circa 5-7 minuti, spegnete e lasciate raffreddare nella pentola.

4. Lessate il riso in acqua bollente e salata, quindi passatelo sotto l'acqua fredda e scolatelo bene. Versate il riso in una ciotola e aggiungete la senape e la panna. Salate, pepate, amalgamate per bene e versate nel guscio di brisée. Sistemate i pomodori semiconfit sul riso, mettendo al centro quelli attaccati al rametto. Cospargete con il basilico tritato e scaglie di pecorino, e servite.

Crostata ai friggitelli semicaramellati e frolla allo zafferano

Ingredienti (per 4- 6 persone)

per la frolla allo zafferano

150 g di farina
60 g di burro (più altro per lo stampo)
1 bustina di zafferano in polvere
1 uovo; sale

per la farcitura

150 g di friggitelli
50 g di peperoncini tondi rossi
7 pomodori da sugo
1 rametto di timo
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale rosa dell'Himalaya
sale e pepe

Preparazione

1. Per la frolla: fate la classica fontana con la farina, il sale, lo zafferano e il burro, ammorbidito e tagliato a pezzi. Aggiungete lentamente 4 cucchiai di acqua e l'uovo, e lavorate fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e mettete in frigorifero per circa mezz'ora.

2. Fate soffriggere lo spicchio di aglio in una padella con un filo di olio; eliminate l'aglio e aggiungete i pomodori, tagliati in quarti e privati dei semi e dell'acqua di vegetazione, e il timo sfogliato. Salate, pepate e lasciate cuocere per una decina di minuti.

3. Stendete la frolla in una sfoglia abbastanza sottile, rivestite una tortiera imburrata ed eliminate la pasta in eccesso. Tagliate, a misura del fondo della tortiera, un foglio di carta forno e riempite con fagioli secchi. Infornate a 150 °C e fate cuocere per 15 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura del sugo, spegnete, lasciate intiepidire e frullate tutto. Friggete i friggitelli interi e i peperoncini rossi, puliti e tagliati a metà, in abbondante olio ben caldo, scolateli e teneteli da parte. Versate il pomodoro sul fondo della frolla precotta e infornate a 180 °C per altri 5 minuti. Sfornate, ricoprite con i peperoni e i friggitelli, e guarnite con chicchi di sale rosa.

Crostata al grano arso e cavolini

Ingredienti (per 6 persone)

200 g di farina
50 g di farina di grano arso
125 g di burro
100 g di parmigiano
300 g di cavolini di Bruxelles
500 g di robiola
120 g prosciutto di Praga
2 tuorli; 1 uovo
40 g di pinoli già pelati
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la frolla: in una terrina lavorate il burro con il parmigiano grattugiato. Unite i tuorli e amalgamate. Aggiungete le farine, setacciate, e impastate. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigo per almeno un'ora. Tagliate a metà i cavolini e fateli saltare in padella con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe.

2. In una ciotola lavorate la robiola con l'uovo e regolate di sale e di pepe. Stendete la frolla, foderate uno stampo (da 24 cm di diametro), imburrato, e rimettete in frigo per mezz'ora. Coprite la base con il prosciutto e versate sopra la crema. Disponete i cavolini, guarnite con i pinoli e infornate a 180 °C per circa 30-35 minuti. Levate e servite.

Crostata al grano arso e cavolini

SCUOLA DI CUCINA

Torta Pasqualina

Ingredienti (per 6 persone)

per la pasta sfoglia
500 g di farina
olio extravergine di oliva
sale

per il ripieno
500 g di bietole già lessate e tritate
500 g di prescinsôea (o ricotta vaccina)
0,5 dl di panna fresca
140 g di parmigiano
7 uova
1 rametto di maggiorana
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1

PREPARATE IL RIPIENO

Raccogliete la prescinsôea, ben scolata, in una ciotola. Condite con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe; unite due uova sbattute, un cucchiaio di parmigiano grattugiato e la panna, e amalgamate. Mettete le bietole in un'altra ciotola con il parmigiano grattugiato rimasto e un po' di maggiorana. Aggiungete un uovo e lavorate.

2

PASSATE ALLA SFOGLIA

Setacciate la farina sulla spianatoia; fate la classica fontana, unite al centro un pizzico di sale e un cucchiaio di olio e lavorate, aggiungendo l'acqua necessaria a ottenere un impasto elastico. Dategli forma di palla, coprite con un canovaccio inumidito e fate riposare per 20 minuti. Dividete l'impasto in 11 panetti. Stendetene uno in una sfoglia sottilissima. Ungete uno stampo (da 24 cm di diametro), foderatelo con la sfoglia, facendola sbordare, e spennellatela di olio.

COMPLETATE LA TORTA

Preparate altre due sfoglie e procedete allo stesso modo. Distribuite sulla terza sfoglia uno strato del composto di bietola; proseguite con uno di prescinsôea e livellate. Ripetete la sequenza degli strati per altre due volte. Formate quattro incavi sull'ultimo strato. Mettete in ciascun incavo un uovo sgusciato e condite ogni uovo con sale, pepe e un'idea di burro.

4

CHIUDETE E CUOCETE

Stendete gli ultimi due panetti in altrettante sfoglie e chiudete la torta, ungendo ogni sfoglia. Ripiegate i bordi, infornate a 180 °C e fate cuocere per 35-40 minuti. Levate, lasciate raffreddare e servite.

Torta salata broccoli salsiccia e ricotta

(pag. 112)

Torta di porri e patate

(pag. 112)

Torta salata broccoli salsiccia e ricotta

Ingredienti (per 4-6 persone)

per la pasta brisée all'olio
200 g di farina
1 dl di olio extravergine di oliva
sale

per la farcitura
250 g di ricotta di pecora
400 g di salsiccia
600 g di broccoli
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Preparate la pasta brisée: setacciate la farina in una ciotola, aggiungete 10 g di sale, 0,7 dl di acqua e l'olio, e lavorate velocemente fino a ottenere un impasto liscio e compatto. Dategli forma di palla, avvolgetela in un foglio di pellicola trasparente e lasciatela riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Mondate i broccoli, riduceteli in cimette e sbollentateli per qualche minuto in acqua bollente e salata. Poi scolateli e teneteli da parte. Tagliate a tocchetti la salsiccia e fateli saltare in una padella con 3-4 cucchiai di olio. Aggiungete le cimette sbollentate, salate, pepate e lasciate insaporire per qualche minuto. Spegnete e lasciate intiepidire. Unite la ricotta, passata al setaccio, e mescolate.

3. Tirate la pasta brisée in una sfoglia sottile e foderate una tortiera rotonda. Farcite con il composto preparato, ripiegate i bordi della pasta e rifilateli. Mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per 20-30 minuti. Levate, lasciate intiepidire e servite.

Torta di porri e patate

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta di pane
500 g di farina 00
5 g di lievito di birra
80 g di olio extravergine di oliva
sale

per il ripieno
2 porri
500 g di patate
5-6 filetti di acciuga sott'olio
1 dl di panna fresca
3 uova
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta di pane: sciogliete il lievito in 2,5 dl di acqua, aggiungete la farina e impastate per pochi minuti. Aggiungete 10 g di sale e l'olio, e lavorate ancora fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo.

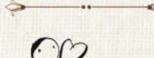
2. Dategli forma di palla, coprite con un canovaccio e lasciate riposare per una mezz'ora. Trascorso il tempo, lavorate brevemente l'impasto, stendetelo in una sfoglia spessa circa 1/2 cm e foderate una tortiera rotonda dai bordi alti.

3. Per il ripieno: raccogliete le patate in una casseruola, coprite di acqua fredda, mettete sul fuoco e lessatele per 30 minuti a partire dal bollore. Poi scolatele, sbucciatele e schiacciatele con una forchetta.

4. Affettate sottilmente i porri e fateli appassire in un'altra casseruola con poco olio. Salate, pepate e aggiungete i filetti di acciuga, tritati, e lasciate insaporire. Unite tutto alle patate schiacciate, aggiungete la panna e le uova, e amalgamate. Farcite la base di pasta, nella tortiera, mettete in forno a 180 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Levate, portate in tavola e servite.

L'ORTAGGIO DI **MARZO**

il PORRO

(Allium porrum)

Fa bene perché...

Per più del 90% d'acqua, è affatto calorico. Dona vitamine e ferro, ed è diuretico per l'alto contenuto di potassio e basso di sodio. Sembra sia efficace contro le punture delle api: si taglia a metà e si strofina.

Coltiviamolo così

Cresce bene nei climi temperati, ama posizioni soleggiate, ma resiste al freddo. Preferisce terreni o terricci leggeri, ricchi di sostanza organica e senza ristagni d'acqua. I vasi devono essere profondi per favorire lo sviluppo della pianta.

• **La semina**

Poni i porri, secca il fieno e qualcosa al fin avremo.

Si fa in semenzaio, con Luna calante, in varie epoche, ma in genere a partire da marzo, oppure direttamente in vaso fino a luglio, interrando appena il seme. Le piantine del semenzaio si trapiantano in calante, quando sono alte circa 15 cm, spuntando le radici a 1 cm.

• **Raccolta e conservazione**

Per il consumo fresco si raccolgono in Luna crescente, a 3 mesi dal trapianto – maggio – o in qualsiasi stadio della crescita. Se le semine sono scalari – varie e successive – si avranno porri tutto l'anno.

Curiosario

Nerone, imperatore romano, mangiava in alcuni giorni solo porro per mantenere bella la voce. E Plinio, storico latino, aggiungeva che favoriva il sonno. Il porro è simbolo nazionale del Galles.

> "Non diventan porri se non quelli che si trapiantano"

Nel cestino del mese

• **Ortaggi:** aglio fresco, agretti, asparagi, carciofi, carote, cavolfiori, cavolini di Bruxelles, cavolo broccolo, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cime di rapa, cipolle, finocchi, indivie, lattughe, patate novelle, porri, radicchio di Verona, rape, ravanelli, sedano, spinaci, valerianella.
• **Frutta:** arance, bergamotti, limoni, mandarini, mele, pere Conference, pompelmi.
• **Aromi:** prezzemolo, rosmarino, salvia.

La dispensa

Vitalba sott'olio

Con la primavera arriva anche la vitalba, nota pianta spontanea che cresce tra le siepi, nei boschi e ai loro margini. Con i teneri germogli si preparano frittate, minestre e zuppe, oppure si conservano sott'olio. Privati del bocciolo e delle foglie, i germogli si tagliano in pezzi di due o tre centimetri e si mettono a bagno in acqua e succo di limone. Si fanno cuocere nell'olio con sale, pepe, aglio e prezzemolo, poi si conservano nei vasi a chiusura ermetica ricoperti d'olio extravergine d'oliva.

Almanacco Barbanera nel 1847

Giove porterà copiose ricolte.... Si avrà pure abbondanza di fieni per cibo de' bestiami, che promettono di dover essere assai fecondi. Le frutta saranno molte, e così pure le erbe degli orti.

Tradizione e segreti

Riciclare fa bene!

Considerati i tempi, ma anche per l'importanza di un nuovo e più cosciente approccio alle pratiche del quotidiano, si sappia che se non tutto, molto può essere riciclato, persino gli oggetti o i cibi più impensati. L'uovo, ad esempio, è un alimento sano e nutriente, lo è per noi, ma anche per le nostre piante. Se stiamo preparando una gustosa frittata, mettiamo allora da parte tutti i gusci, poi essicchiamoli nel forno e infine polverizziamoli, utilizzando magari il frullatore. La polvere così ottenuta si rivelerà un vero e proprio toccasana per le nostre verdi amiche. Ancora. L'acqua di ortaggi e carboidrati può diventare un pratico ed ecologico detersivo. Per la lana nera efficacissima l'acqua degli spinaci, per gli indumenti più delicati di lana e seta, quella della pasta.

1. La Chiesa di San Michele Arcangelo a Bevagna, vero gioiello medievale della provincia perugina.
2. La storica macelleria e salumeria Da Tagliavento, Bevagna.

UMBRIA MISTICA E SENSUALE

DA MONTEFALCO A BEVAGNA, DA ASSISI A SPELLO: UN TOUR TRA SPIRITUALITÀ E PECCATI DI GOLA, IN ALCUNI DEI BORGHI PIÙ BELLI DELLA REGIONE. LUNGO LA STRADA DEL SAGRANTINO E QUELLA DEL CANTICO, CHE METTONO PACE TRA SPIRITO E MATERIA

testi e foto di MASSIMILIANO RELLA

1

Macelleria
Norcineria
Tagliavento
The Butcher
da Tagliavento
panini
OSTERIA TAGLIAVENTO
Porchetta
Coppa
A cena con il macellaio
Dinner with the butcher
2

3

3. e 4. Nella scuola "Cucina in Cantina", divertente novità dell'azienda vinicola Antonelli San Marco, si preparano gli gnocchi di patate, da condire con la salsa al Sagrantino.

Gnocchi di patate al Sagrantino

Ingredienti (per 6 persone)

1 kg di patate rosse di Colfiorito
300 g di farina 00
1 uovo
sale

per la salsa

1 cipolla piccola
100 g di guanciale
125 ml di Montefalco Sagrantino Passito
250 ml di Montefalco Sagrantino
250 ml di panna fresca
6 cucchiai di parmigiano
20 g di burro
olio extravergine di oliva

Preparazione

1 Lavate le patate e, senza sbucciarle, lessatele in acqua bollente e leggermente salata; scolatele, sbucciatele ancora calde, schiacciatele e raccoglietele su un piano di lavoro, ben infarinato. Lasciatele intiepidire per una decina di minuti. Aggiungete un pizzico di sale, l'uovo e poco alla volta la farina. Impastate il tutto fino a ottenere un composto omogeneo.

2 Ricavate dal composto dei "cordoncini" dello spessore di 2-3 cm e tagliate a intervalli di circa 2 cm, in modo da ottenere gli gnocchetti. Disponeteli via via su un vassoio infarinato. Lasciateli riposare per 15 minuti.

3 In una padella fate rosolare la cipolla tritata e il guanciale a striscioline con olio e burro; aggiungete i vini e lasciate addensare per qualche minuto a fuoco medio. Trasferite tutto nel mixer e frullate. Mettete il composto in padella, aggiungete la panna e fate addensare, mescolando. Intanto lessate gli gnocchi in abbondante acqua salata, scolateli e uniteli in padella al condimento. Aggiungete parmigiano grattugiato a piacere e servite immediatamente.

4

5. 6. 7. e 8.
Un altro piatto della tradizione preparato nella scuola "Cucina in Cantina: la Rocciata.

Rocciata di Montefalco

Ingredienti

per la pasta

250 g di farina 00; 1 uovo; 50 g di olio extravergine di oliva
20 ml di vino bianco; sale

per il ripieno

5 mele; 100 g di nocciole; 50 g di pinoli già pelati
100 g di gherigli di noce; 200 g di uvetta
2 cucchiaini di cannella in polvere; 2 bustine di vanillina
2 limoni; 50 g di cacao in polvere; 130 g di zucchero
100 ml di alkermes; 100 ml di mistrà

Preparazione

1 Sbucciate le mele, tagliatele a fettine ed eliminate il torsolo. Tritate grossolanamente le nocciole e le noci e riunitele in una ciotola insieme a tutti gli altri ingredienti. Coprite con pellicola trasparente e fate riposare per 24 ore in un luogo fresco.

2 Impastate la farina con l'uovo, l'olio, il vino, il sale e l'acqua tiepida necessaria a ottenere un composto morbido. Lavorate il composto con una forchetta, quindi con le mani fino a ottenere un impasto ben amalgamato. Formate un panetto e stendetelo fino a formare una sfoglia sottile.

3 Prendete il ripieno, con il suo succo rilasciato durante le 24 ore di riposo, e disponetelo sulla sfoglia. Arrotolate la sfoglia su se stessa, e sistematela a forma di spirale. Spolverizzatela di zucchero, aggiungete ancora alkermes e poggiatela sulla teglia.

4 Infornate a 160 °C e fate cuocere per circa 30 minuti, finché sarà ben dorata. Sfornate e fate raffreddare sulla teglia.

9. La piazza di Montefalco, incantevole borgo anche conosciuto come "la ringhiera dell'Umbria" (per la sua posizione privilegiata).
10. La città di Assisi al tramonto.

Gli affreschi di Benozzo Gozzoli e gli gnocchi al Sagrantino di Montefalco. I vicoli e le piazze di Bevagna, vero gioiello medievale, e l'extravergine dei Colli Martani. E poi le chiese di Todi, il panorama mozzafiato di Monte Castello di Vibio, l'arte a cielo aperto nel borgo di Brufa, il giardino biodinamico della fondazione Barbanera a Spello. E molto di più. Nel cuore dell'Umbria, terra di arte, santi e peccati della gola, ci sono due Strade del Vino che mettono in fila così tante attrazioni da sfidare il tempo e la pazienza dei viaggiatori più meticolosi: la Strada del Sagrantino e la Strada del Cantico, due itinerari che si sfiorano a sud di Perugia, toccando paesi simbolo della regione: **Todi**, **Bevagna** e **Montefalco**, ma anche **Assisi**, **Torgiano** e **Spello**. Uno spettacolo che fa riflettere: che sapore ha la bellezza? Anima o corpo? Spirito o sensi? Territori di borghi medievali e boschi incantati, di quei luoghi che mettono pace tra gli opposti, sciogliendo ogni tensione.

Torgiano è l'inizio del nostro percorso, un'introduzione in tempo reale alle cose belle e buone che ci aspettano. Nel Museo d'Arte Ceramica Contemporanea la collezione delle vaselle d'autore, originali caraffe per il vino novello di artisti italiani e stranieri e, appena fuori il paese, ecco un mirabile esempio di land art, con le installazioni e le sculture nel parco di Brufa. Per un assaggio di vino andiamo alla cantina Lungarotti, per l'olio extravergine d'oliva a La Montagnola, un agriturismo sulle colline tappezzate di ulivi (moraiolo, frantoio e leccino, le varietà della dop Umbria Colli Martani). A pochi km, dopo una visita ad **Assisi**, paese di San Francesco, risaliamo con tutta calma in località **Viole**, a 700 metri sul monte Subasio, per una sosta gourmand nell'agriturismo Le Mandrie. La vista sulla media valle del Tevere è spettacolare, le camere accoglienti e d'atmosfera, la cucina saporita e di sostanza, basata sui propri prodotti: extravergine d'oliva, grigliate d'agnello, pasta fatta in casa, farina, salumi e animali da cortile. Nella vicina **Spello** meritano una visita la cappella Baglioni, capolavoro del Pinturicchio dentro la chiesa

11. Il giardino panoramico del ristorante dell'azienda agraria Le Mandrie, ad Assisi.

11

12

Visite in cantina

• Arnaldo Caprai ha reso il pregiato rosso e il suo cugino famosi nel mondo (fraz. Torre, Montefalco (Pg), tel. 0742 378802 www.arnaldocaprai.it).

• Di gran qualità le etichette di Antonelli San Marco, una bella realtà enoturistica con agriturismo, ristorante e scuola di cucina (loc. San Marco 60, Montefalco (Pg), tel. 0742 379158 www.antonellisanmarco.it).

• La cantina Adanti coltiva i suoi terreni nelle zone collinari di Arquata e Colcimino (via Belvedere 2, loc. Arquata, Bevagna, tel. 0742 360295 www.cantineadanti.com).

• Scacciadiavoli, azienda fondata nel 1884 dal principe Ugo Boncompagni Ludovisi, conserva delle belle cantine ottocentesche (loc. Cantinone, Montefalco (Pg), tel. 0742 371210 www.scacciadiavoli.it).

• La più originale è Tenuta Castelbuono, la cantina dentro una scultura: lo straordinario Carapace progettato da Arnaldo Pomodoro per la famiglia Lunelli (vocabolo Castellaccio 9, loc. Cantalupo, Bevagna (Pg), tel. 0742 361670 www.tenutelunelli.it).

• Lungo la "Strada dei Vini del Cantico", l'Umbria del vino offre anche i colori e i profumi della docg Torgiano e delle doc Torgiano, Assisi, Colli Perugini, Colli Martani e Todi.

• La cantina La Spina di Moreno Peccia (via Alessandrini 1, loc. Spina, Marsciano (Pg), tel. 349 2304108 www.cantinalaspina.it) e la cantina Peppucci, sulle colline intorno a Todi (loc. Montorsolo 3/B, tel. 075 8947439 www.cantinapeppucci.com), producono da pochi anni, ma con risultati immediati.

• L'azienda Conti Faina è un marchio storico all'avanguardia per i sistemi di coltivazione e vinificazione: da non perdere le spettacolari cantine sotterranee nel castello di Collelungo, borgo incantato alle pendici del monte Peglia (via Adua snc, Collelungo (Pg), tel. 075 8745048 www.contifaina.it).

13

14

15

16

17

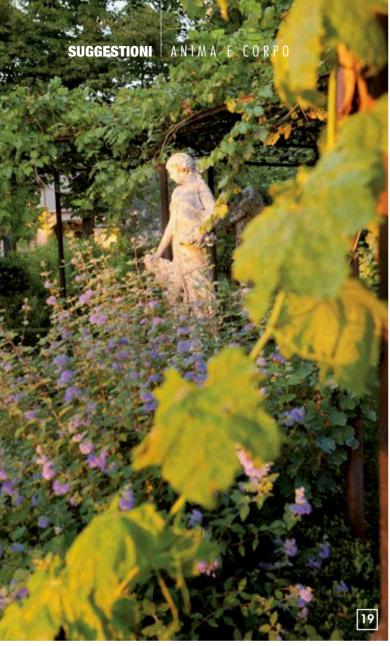
Sagrantino di Montefalco

Colore rosso rubino intenso che può virare al violaceo oppure al granato con l'invecchiamento, sapore asciutto, armonico e tannico: è così che si presenta il Montefalco Sagrantino docg, gioiello enologico dell'Umbria. Figlio in purezza del vitigno omonimo, è prodotto nelle versioni secco e passito, quest'ultimo da uve messe ad appassire su graticci prima della vinificazione. Invecchia almeno 33 mesi, con minimo 12 mesi – per la sola tipologia Secco – in botti di rovere ma per il consumo occorrono altri 4 mesi di affinamento in bottiglia. A tavola il secco esalta con personalità e vigore carni arrosto e brasati saporiti, mentre il passito si sposa a formaggi stagionati e pasticceria secca. Ma è ottimo anche da meditazione.

di S. Maria Maggiore. Ma appena fuori il paese gli appassionati di cucina troveranno un'altra curiosità, il giardino biodinamico della fondazione Barbanera, sotto al palazzo d'epoca che ospita la redazione del famoso Almanacco Barbanera: piante, fiori, statue e accanto anche un piccolo museo con stampe e vecchie edizioni. Proseguendo lungo la Strada del Vino del Cantico passiamo per **Collelungo**, dove si fa sosta alla cantina Conti Faina, e non solo per le spettacolari cantine; risaliamo per il borgo di **Monte Castello di Vibio,** con una terrazza da cui si ammira un panorama spettacolare e dove lo zio Totò ci accoglie al ristorante Il Grottino; dopo una puntata all'imperdibile Teatro della Concordia, un "teatro-bonsai" di appena 99 posti, custodito con amore da alcuni volontari e mantenuto in vita da un cartellone di opere e commedie. Gli interni furono affrescati dai perugini Cesare Agnetti e dal figlio quattordicenne Luigi. Infine arriviamo a **Todi**, il paese del celebre Iacopone, del Tempio di S. Fortunato (raro esempio di gotico a sala, del 1292, con un campanile che si raggiunge salendo 153 scalini e offre una veduta panoramica sulla città medievale), della Cattedrale e del Grechetto di Todi, un vino bianco che fa ottima compagnia ai saporiti cibi locali. Lo assaggiamo alla cantina Peppucci, in bella posizione panoramica.

Da qui, guidando pochi km lungo un itinerario collinare, arriviamo nel cuore della Strada del Sagrantino, che vanta cantine come Adanti, Caprai, Scacciadiavoli, Tenuta Castelbuono; quest'ultima merita anche per la spettacolare scultura-tetto di Arnaldo Pomodoro, il Carapace. Noi però ci intratteniamo nei pressi di **Montefalco**, nella cantina Antonelli San Marco, dal produttore Filippo Antonelli, per l'ottimo Trebbiano Spoletino, il cru di Sagrantino Chiusa di Pannone e – la cosa è divertente – le lezioni di Wendy Aulsebrook, che guida la scuola "Cucina in Cantina", tra le ultime novità dell'azienda vinicola. Seguiti passo passo da Wendy e dalle sue cuoche casalinghe impariamo a fare qualche buon piatto della tradizione, come gli gnocchi al Sagrantino e la rocciata (vedi ricette).

Il Sagrantino è trattato sia come ingrediente che in abbinamento. Del resto questo rosso strutturato, secco o passito, è un'altra gemma di queste terre che ruotano attorno a Montefalco, paese dove fece tappa il pittore medievale Benozzo Gozzoli, e **Bevagna**. Tra le principali attrazioni storiche di Montefalco c'è il Complesso museale di S. Francesco, che custodisce

12. Il produttore di Sagrantino Filippo Antonelli, proprietario della cantina Antonelli San Marco. 13. Marco Caprai, produttore di Sagrantino di Montefalco. 14. La sala degustazione della cantina Conti Faina, a Collelugo. 15. Moreno Peccia, proprietario di Cantina La Spina. 16. La cantina di Tenuta Castelbuono, progettata da Arnaldo Pomodoro. 17. Le sorelle Daniela e Donatella Adanti, di cantina Adanti. 18. Le vigne della cantina Antonelli San Marco.

19. Il giardino della Fondazione Barbanera, a Spello.

un gioiello come l'abside della chiesa interamente affrescata nel 1452 dal pittore fiorentino Benozzo Gozzoli, con uno straordinario ciclo sulla vita del Santo. La controfacciata conserva l'Annunciazione con Eterno in gloria tra angeli e Natività, opera dipinta dal Perugino nel 1503. Le chiese romaniche di S. Michele Arcangelo e di S. Silvestro, e il gotico palazzo dei Consoli che include il Teatro Torti, abbelliscono la piazza Filippo Silvestri, il cuore di Bevagna, dall'assetto medievale. Ci riporta nel passato anche la Casa di Cecco, dimora di un mercante nell'ambulacro maggiore del teatro Romano (I sec. d.C.) magnificamente conservato. Non per niente, Bevagna è iscritta al circuito dei Borghi Più Belli d'Italia. Ed è bella davvero, mica per scherzo.

DORMIRE

AGRITURISMO MIRALDUOLO
Otto appartamenti in stile rustico immersi nella campagna. Produzione propria e vendita diretta di ortaggi, uova, olio extravergine d'oliva. Appartamenti da 250 euro a settimana. **Loc. Ferriera 58, Torgiano (Pg) tel. 075 9889031 e 368 7894031 www.miralduolo.com**

LE MANDRIE DI SAN PAOLO
Agriturismo di 10 camere, in una bella costruzione tradizionale ristrutturata, a 700 metri sul monte Subasio. Doppia e colazione da 68 euro a notte. **Via Cannella 16, loc. S.Vitale, Assisi (Pg); tel. 075 8064070 e 349 8217867 www.agriturismomandriesanpaolo.it e www.mandriesanpaolo.com**

VILLA ZUCCARI
Originale e sontuoso 4 stelle realizzato da Paolo Zuccari su progetto della figlia Lorenza. Immerso in un parco con alberi secolari, esotici e centinaia di rose Meilland. Ampie e confortevoli camere in stile classico con profusione di colori, tappeti, tendaggi e decorazioni floreali. Anche piscina all'aperto e una curiosa collezione di zuppiere artistiche dal XIII al XX secolo, in parte esposta nel ristorante. Doppia e colazione da 110 euro. **Loc. San Luca, Montefalco (Pg); tel. 0742 399402 www.villazuccari.com**

VALLE DI ASSISI
Albergo 4 stelle, appartamenti e una villa con arredi d'epoca, nella tenuta enoturistica con cantina, ristorante e centro benessere. Doppia con colazione da 94 euro a notte.
Via San Bernardino da Siena 6, loc. Tordandrea, Assisi (Pg) tel. 075 8044580 www.vallediassisi.com

MANGIARE

LE MANDRIE DI S. PAOLO
Il ristorante dell'agriturismo e azienda agraria utilizza prodotti della casa: dall'olio extravergine certificato bio ai salumi artigianali al miele millefiori.
Via Cannella 16, loc. San Vitale, Assisi (Pg); tel. 075 8064070 e 349 8217867 www.agriturismomandriesanpaolo.it e www.mandriesanpaolo.com

IL GROTTINO DI ZIO TOTÒ
Appena fuori le mura del bor-

go, il piccolo ristorante offre piatti locali e stagionali dello chef Massimo Costanzi. Anche lezioni di cucina. Conto 30 euro. Chiuso lunedì. Si consiglia la prenotazione.
Via Don Oscar Marri 2, Monte Castello di Vibio (Tr)
tel. 075 8780652
e 328 9599864
www.umbriacucina.com

LA CANTINA
In centro tra pareti e archi in pietra grezza e arredi in legno scuro l'offerta gastronomica esalta tradizione e tipicità regionali, come la chianina certificata, il tartufo e le patate rosse di Colfiorito. Chiuso lunedì.
Via Cavour 2, Spello (Pg)
tel. 0742 651775
www.lacantinadispello.com

OSTERIA SCOTTADITO
Al centro del borgo, il ristorante propone cucina locale con tanti piatti di carne e norcineria di produzione propria. Conto 25-30 euro (da Tagliavento).
Corso Amendola 28, Bevagna (Pg); tel. 345 2438361

TABERNA DI S. SILVESTRO
Ristorante rustico e accogliente di cucina casareccia, con primi piatti di pasta fresca fatta a mano e secondi di carne. In inverno aperto a pranzo solo ven, sab e dom, la sera sempre, escluso giovedì.
Loc. Collepino 14, Spello (Pg)
tel. 0742 651203
e 339 6719196
www.tavernasansilvestro.com

VINOSOFIA
L'enoteca letteraria propone assaggi e taglieri di formaggi e salumi in abbinamento a selezionati vini umbri ed europei. Una decina di etichette per volta sono offerte al calice. Chiuso martedì.
Via Maddalena 1a, Spello (Pg)
tel. 0742 301777
e 346 4972894
www.vinosofia.italia.com

PRODOTTI TIPICI

DA TAGLIAVENTO
Macelleria e salumeria di Marco e Rosita, marito e moglie, entrambi con una tradizione familiare di norcineria umbra.
Corso Amendola 15a, Bevagna (Pg); tel. 0742 360897

LA MONTAGNOLA
Agriturismo con frantoio produce olio extravergine di oliva dop Umbria Colli Martani da cultivar moraiolo, frantoio e leccino e due monovarietali.
Via Roma 11, Torgiano (Pg)
tel. 075 982962
e 335 5874094
www.lamontagnola.it

VEDERE

CASA DI CECCO COMPAGNIA DELLE ARTI
Orari da aprile a ottobre 9-12 e 15-19, lun chiuso. Da novembre a marzo solo festivi 10-12 e 15-17.
via Anfiteatro 9, Bevagna (Pg)
tel. 0742 360959
e 333 1207957

COMPLESSO MUSEALE DI S. FRANCESCO
Da novembre a marzo chiuso lun e mar; aprile, maggio, settembre, ottobre chiuso lun; giugno, luglio e agosto sempre aperto. Ingresso 6 euro, ridotto da 4 euro e da 2 euro.
Via Ringhiera Umbra 6 Montefalco (Pg); tel. 0742 379598 www.sistemamuseo.it

MACC - MUSEO DI ARTE CERAMICA CONTEMPORANEA
Da maggio a settembre anche sab e dom. Aperto 9-13/15-18.
Piazza della Repubblica 10 Torgiano (Pg)

MUSEO ARCHEOLOGICO E PINACOTECA COMUNALE DI TODI
Orari invernali 10,30-13 e 14,30-17; estivi 10-13,30 e 15-18. Biglietto 4 euro, ridotto 2,50 euro.
Piazza del Popolo 29-30, Todi (Pg) tel. 075 8944149
www.sistemamuseo.it

TEATRO DELLA CONCORDIA
Visite da settembre a marzo sab-dom 10-12,30 e 15,30-18,30. Ingresso gratuito, gradita una donazione.
Piazza del Teatro 4
Monte Castello di Vibio (Pg)
tel. 075 8780737
www.teatropiccolo.it

TEMPIO DI SAN FORTUNATO
Ingresso libero, campanile 2€ euro intero, 1,50 euro ridotto. Chiuso lun. Orari aprile-ottobre 9-13 e 15-19; novembre-marzo 10-13 e 14,30-17.
Piazza Umberto I, Todi (Pg)

INFO

IAT TUDERTE
Lun-sab 9.30-13 e 15-18
Piazza del Popolo 36/38
Todi (Pg); tel. 075.8956227-8945416 www.visitodi.eu

FONDAZIONE BARBANERA
via San Giuseppe 1,
Spello (PG)
tel. 0742 391177
info@barbanera.it
www.barbanera250.it

STRADA DEI VINI DEL CANTICO
Piazza della Repubblica 9
Torgiano (Pg);
tel. 075 6211682
www.stradadeivinidelcantico.it e www.stradavinoeolio.umbria.it

STRADA DEL SAGRANTINO
Piazza del Comune 17
Montefalco (Pg)
tel. 0742 378490
www.stradadelsagrantino.it

CAVOLINI NOSTRI!

DOMANDA: DA DOVE VENGONO I CAVOLINI DI BRUXELLES? SARÀ MICA DA BRUXELLES? MICA DETTO. SECONDO ALCUNI, INFATTI, A PORTARCELI FIN LASSÙ SAREBBERO STATI GLI ANTICHI ROMANI. NELL'IMPOSSIBILITÀ DI STABILIRE LA VERITÀ, MEGLIO CONCENTRARSI SULL'ESSENZA GASTRONOMICA DI QUESTI GERMOGLI DI *BRASSICA OLERACEA* (CAVOLO DI BRUXELLES), CHE È SOPRATTUTTO UNA BUONA ESSENZA. LA PROVA LAMPANTE? BEH, LE (NOSTRE) RICETTE DI QUESTE PAGINE!

a cura della redazione; ricette di **ROSANNA BISI** - foto di **CLAUDIA CUCINELLI**

Orecchiette con cavolini pomodori secchi e pinoli

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di orecchiette
300 g di cavolini di Bruxelles
1 spicchio di aglio
100 g di pinoli già pelati
150 g di pomodori secchi sott'olio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lessate i cavolini al vapore per circa 15 minuti, quindi scolateli e fateli raffreddare; tagliate in quarti quelli più grossi e a metà i più piccoli. In un tegame fate rosolare l'aglio con un filo di olio; aggiungete i cavolini e fateli dorare per qualche minuto a fuoco vivace.

2. Aggiungete i pomodori secchi, scolati dall'olio di conservazione e tagliati a filetti, e lasciate insaporire tutto per pochi minuti. Nel frattempo lessate le orecchiette in acqua bollente e salata; scolatele e raccoglietele nel tegame con i cavolini. Fate saltare per qualche minuto e impiattate. Guarnite con i pinoli e un filo di olio a crudo, e servite.

Risotto al limone e cavolini di Bruxelles

Ingredienti (per 4 persone)

350 g di riso carnaroli
300 g di cavolini di Bruxelles
400 ml di brodo vegetale
1 limone
1 scalogno piccolo
1 bicchiere di vino bianco
noce moscata
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lessate i cavolini al vapore per circa 10-15 minuti, quindi scolateli e teneteli da parte. Tritate lo scalogno e fatelo appassire in un tegame con un filo di olio; unite il riso, mescolate e fatelo tostare velocemente. Bagnate con il vino e lasciate sfumare.

2. Portate a cottura il riso mescolando frequentemente e aggiungendo, man mano che viene assorbito, il brodo vegetale bollente. A metà cottura, unite i cavolini, lessati e tagliati in quarti, e regolate di sale.

3. Una volta cotto il riso, aggiungete il succo di limone e profumate con la scorza grattugiata. Impiattate, spolverizzate con un pizzico di noce moscata e servite.

In libreria "Scuola di verdure". tante ricette step by step, tecniche di cottura e approfondimenti sugli ortaggi. Per renderli dei veri capolavori (LT Editore, 24,90 euro)!

Cavolini e ceci arrosto con gherigli di noce

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di cavolini di Bruxelles
400 g di ceci già lessati
100 g di gherigli di noce
1 arancia
1 rametto di rosmarino
semi di cumino
paprica
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lessate i cavolini al vapore per circa 15 minuti, quindi scolateli e fateli intiepidire. Tagliateli a metà e raccoglieteli in una ciotola. Unite i ceci, due cucchiai di olio, le spezie, il rosmarino tritato, un pizzico di sale e il succo dell'arancia. Mescolate e lasciate insaporire per almeno una mezz'ora.

2. Trasferite tutto in una teglia, rivestita con carta forno, infornate a 200 °C e fate cuocere per almeno 20 minuti, o comunque fino a quando le verdure saranno ben dorate. Sfornate, cospargete eventualmente con gherigli di noce tritati e servite ben caldo.

Insalata calda con cavolini patate e salsa worcester

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di cavolini di Bruxelles
700 g di patate
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
2 cucchiai di salsa worcester
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lessate i cavolini al vapore per circa 15 minuti, quindi scolateli e fateli intiepidire. Sbucciate le patate, tagliatele a dadini e cuocete anche queste al vapore per circa 15 minuti. Levate e tenete da parte.

2. In un wok fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite le verdure lessate e fatele saltare per circa 5 minuti su fuoco vivace. Sfumate con la salsa worcester e lasciate insaporire per qualche minuto. Regolate di sale, spegnete e lasciate intiepidire.

3. Distribuite l'insalata calda nelle fondine individuali, guarnite con il prezzemolo tritato e un filo di olio a crudo, e servite.

Clafoutis con cavolini mele e scalogni

Ingredienti (per 4-6 persone)

300 g di cavolini
200 g di mele renette
3 scalogni
150 ml di brodo vegetale
6 uova
200 ml di latte
200 ml di panna
2 cucchiai di amido di mais
semi di cumino
paprica
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lessate i cavolini al vapore per circa 15 minuti, quindi scolateli, fateli intiepidire e tagliate in quarti quelli più grandi e a metà i più piccoli. Sbucciate le mele, eliminate il torsolo e tagliatele a tocchetti.

2. In una padella fate appassire gli scalogni tritati con un filo di olio; unite i cavolini, le mele e le spezie, e lasciate insaporire per qualche minuto. Coprite con il brodo, incoperchiate e fate cuocere per 10 minuti a fuoco dolce. Spegnete e fate raffreddare.

3. In una terrina sbattete le uova, unite l'amido setacciato e mescolate bene con una frusta; versate la panna e il latte, e amalgamate ancora. Salate e pepate. Aggiungete le verdure ormai fredde e mescolate bene.

4. Trasferite l'impasto in una teglia (da 20x30 cm), rivestita con carta forno, e fate cuocere a 180 °C per circa mezz'ora, o comunque fino a quando la superficie del clafoutis non sarà ben dorata. Sfornate, lasciate intiepidire e servite tagliato a fette.

CONTORNO SUBITO

IL CONTORNO, CLASSICO ACCOMPAGNAMENTO DELLA PORTATA PRINCIPALE, SI TRASFORMA IN PROTAGONISTA ASSOLUTO NELLE RICETTE DI SERGIO MARIA TEUTONICO. GRAZIE ALL'USO SAPIENTE DEI PRODOTTI DI STAGIONE, E AD ABBINAMENTI GUSTOSI E CREATIVI, QUESTE PREPARAZIONI FANNO DAVVERO CENTRO!

a cura della redazione; ricette di **SERGIO MARIA TEUTONICO**
foto di **SABRINA ROSSI**

Insalata di tarassaco con crostini di polenta

Ingredienti

400 g di tarassaco già mondato
100 g di farina di mais bianco
2 caprini
2 spicchi di aglio
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Portate a bollore 400 g di acqua salata, versate a pioggia la farina e, mescolando di tanto in tanto con una frusta, fate cuocere per circa 30 minuti. Versate la polenta su una placca unta a uno spessore di circa un cm e lasciate raffreddare. Lavate le foglie di tarassaco e scolatele bene.

2. Lavorate i caprini con una macinata abbondante di pepe. Tagliate la polenta ormai fredda a cubi da un cm di lato. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio, aggiungete i cubetti di polenta e fateli dorare su tutti i lati.

3. Preparate una vinaigrette emulsionando 3 parti di olio con una parte di aceto e un pizzico di sale. Raccogliete il tarassaco nei piatti da portata e distribuite sopra i crostini di polenta. Condite con la vinaigrette, cospargete con piccoli ciuffi di caprino e servite.

Sformatini di carote

Ingredienti

200 g di carote già mondate; 150 g di spinaci già lessati e strizzati
150 g di patate già lessate; 1 cipolla; 50 g di pancetta tesa
1 rametto di origano; pangrattato; burro; olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Imburrate quattro stampini monoporzione e cospargeteli con il pangrattato. Tritate gli spinaci e la cipolla. Schiacciate le patate e grattugiate le carote. Tagliate la pancetta e battetela al coltello.

2. Scaldate un filo di olio in una padella, unite la pancetta e, quando comincerà a rosolare, unite la cipolla e lasciate appassire. Insaporite con l'origano e un pizzico di sale, e mescolate il tutto con patate e spinaci.

3. Suddividete le carote negli stampini, praticate in ognuno un incavo centrale, distribuite una noce di impasto agli spinaci in ogni stampino e premete bene il tutto in modo che risulti ben compatto.

4. Infornate a 200 °C per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate riposare gli sformatini per qualche minuto, quindi sformate e servite.

Nidi di verza e porri in salsa di acciughe e lime

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 cespo di verza
2 porri
2 lime
4 acciughe sott'olio
1 spicchio d'aglio
1 carota
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate e sciacquate la verza e i porri, quindi tagliateli a striscioline. Recuperate la scorza dei lime e ricavatene anche il succo; tagliate a listerelle sottilissime la scorza e tenetela da parte. Sbollentate la verza e i porri in acqua bollente e salata, acidulata con metà succo di lime, per cinque minuti. Scolateli e fateli intiepidire.

2. In una padella fate saltare le verdure con l'aglio schiacciato, tre acciughe e un filo di olio su fiamma vivace. Nel frattempo in un mixer da cucina frullate la carota, mondata e tagliata grossolamente, con il succo di lime restante, un pizzico di scorza e l'acciuga. Regolate di sale e di pepe.

3. Aggiungete la salsa alle verdure in cottura, mescolate e lasciate insaporire per qualche minuto. Impiattate le verdure, arrotolandole a nido con l'aiuto di una forchetta, decorate con le listerelle di scorza di lime e servite.

ALICE TV

Sergio Maria Teutonico è in onda con il programma "COLTO E MANGIATO" tutti i giorni alle 17.00, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Macedonia di finocchi e mele allo yogurt

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di finocchi
3 mele croccanti
150 g di yogurt magro
50 g di mandorle tostate e salate
barba di finocchio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tritate grossolanamente le mandorle. Mondate e sciacquate accuratamente i finocchi, quindi affettateli sottilmente e raccoglieteli in una ciotola con acqua fredda. Sciacquate le mele, privatele del torsolo e affettate anch'esse sottilmente.

2. Condite lo yogurt con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. In una ciotola mescolate i finocchi, le mele, le mandorle e la barba del finocchio, sminuzzata. Distribuite nei piatti da portata, nappate il tutto con lo yogurt e servite.

In libreria "Colto e mangiato": le più buone ricette dell'orto… dall'orto (di stagione) di Sergio Maria Teutonico! (Lt Editore,19,90 euro).

Involtini di verdure

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di patate
1 radicchio rosso già pulito
350 g di polpa di zucca
1 broccolo romano
2 uova; 1 porro
parmigiano grattugiato
noce moscata
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lessate le patate in abbondante acqua salata, quindi sbucciatele e schiacciatele. Affettate la zucca, distribuitela su una placca da forno, salatela leggermente, irrorate con un filo di olio e infornate a 200 °C per circa 20 minuti. Pulite il broccolo e ricavate tante cimette, quindi lessatele in acqua salata, scolatele e tenetele da parte.

2. Pulite il porro, incidetelo per il lungo e separate le guaine che scotterete anch'esse in acqua bollente per pochi minuti. Affettate grossolanamente il radicchio. In una ciotola mescolate le patate schiacciate con la zucca cotta, il radicchio e il broccolo. Unite le uova e una manciata di parmigiano, mescolate e condite con un pizzico di noce moscata e di pepe. Amalgamate bene.

3. Disponete il porro su quattro fogli di carta forno, ben unti; distribuite sopra l'impasto, richiudete le foglie di porro e avvolgete il tutto nei fogli di carta forno, sigillandoli a caramella. Richiudete gli involtini ottenuti in altrettanti fogli di carta alluminio e sistemateli su una placca da forno. Infornate a 200 °C per circa un'ora. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate riposare per 15 minuti. Eliminate la carta alluminio, quindi disponeteli nei piatti da portata, scartateli e serviteli.

Padellata di patate dolci e carciofi

Ingredienti

6 carciofi
6 patate dolci
1 cipolla
1/2 limone
semi di finocchio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate i carciofi e sciacquateli, quindi tagliateli a spicchi sottili e raccoglieteli in una ciotola con acqua fredda acidulata con succo di limone. Sbucciate le patate e fate anche queste a spicchi. Tritate la cipolla.

2. In una padella fate appassire la cipolla con un filo di olio, unite le patate e i carciofi, abbassate la fiamma e lasciate cuocere dolcemente. Salate, pepate e aggiungete una manciata di semi di finocchio; proseguite la cottura fino a quando le verdure non si saranno ammorbidite. Impiattate, guarnite con un filo di olio a crudo e servite.

MARCOPOLO

Questo mese con **Marcopolo** vi portiamo con Nina Senicar a caccia del **primo sole**: dalla **Costa Azzurra** al **Salento**, dalla **Sicilia** alla **Grecia**; senza dimenticare le **mete esotiche** must dell'anno. Ricche, come sempre, le pagine dedicate alla Gastronomia: **cavoli**, i **superalimenti** buoni e sani. Una guida alle **tipologie**, i **ristoranti**, le **ricette** da cucinare a casa. Inoltre, non perdete in edicola la guida **Diari di Viaggio Thailandia**: tutto il meglio del Paese orientale più amato dagli italiani. I **must** da non perdere, le **novità** di Bangkok, le nuove aperture e i migliori **hotel**, **ristoranti** e **locali**. Con tante **fotografie**, **informazioni** pratiche e **cartine**.

CASE & STILI

Claudio La Viola, stilista negli anni Settanta poi trasferito nel mondo del design e dell'architettura, accoglie i lettori di Case&Stili nella sua residenza di Milano, in cui traspare tutto il suo gusto per il dettaglio. La selezione di interni di questo numero continua con le proposte di servizi a **Madrid**, dove lo stilista Jaime Lacasa ha realizzato interni unici; a **Londra**, in un edificio di epoca vittoriana; a **Parigi**, dove il colore aggiunge valore in un appartamento di fine Ottocento; a **Firenze**, con pezzi di design tra pareti affrescate e, ancora, in **Florida**, con il progetto di Robert Couturier. Il fascino di stili ed ambientazioni diverse è la linea guida anche dello **Speciale** dedicato a **camini e stufe**, intramontabili emblemi di calore e di atmosfera, oggi interpretati alla luce dell'efficienza e del risparmio energetico. Il reportage immobiliare di questo mese ci porta invece sull'acqua, a **Venezia**, dove comprare casa è un sogno da tradurre in buon investimento.

ALICE KOCHEN

È nelle edicole di Germania, Austria e Svizzera il nuovo numero del magazine Alice Kochen – Das Magazine des guten Geschmacks. Potrete seguire la passione per la cucina anche sul **nuovo canale** in lingua tedesca **Alice**, in onda sulla piattaforma **Astra**, e sul portale web www.alicekochen.de. Il mondo di Alice è un sistema multimediale interamente dedicato alla cultura gastronomica italiana tradizionale e contemporanea, adesso anche internazionale.

formaggi SUPER

FORMAGGI FRESCHI E A PASTA MOLLE, CRESCENZA E ROBIOLA SONO I VOLUTTUOSI PROTAGONISTI DELLE RICETTE REALIZZATE DA MONICA BIANCHESSI. DAL SAPORE DELICATO ED EQUILIBRATO LA PRIMA, E PIÙ ACIDULO LA SECONDA, ARRICCHISCONO, DALL'ANTIPASTO AL DESSERT, FARCE E RIPIENI DOLCI E SALATI. PER UN RISULTATO DAVVERO SUPER!

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MONICA BIANCHESSI - foto di SILVIA CENSI

Minicheesecake salate con crescenza ricotta ed erbette

Ingredienti (per 4 persone)

120 g di grissini integrali
70 g di pecorino grattugiato
1 mazzetto di erbe aromatiche miste (prezzemolo, timo, nepitella, menta)
200 g di ricotta; 200 g di crescenza
4 albumi; 40 g di burro
sale e pepe

Preparazione

1. Con l'aiuto di un mixer da cucina frullate i grissini con il burro morbido, fino a ottenere un composto sabbioso. Sistemate il composto sul fondo di 4 stampini da 8 cm di diametro, foderati con un cerchio di carta forno, e trasferite in frigorifero.

2. Intanto in una ciotola lavorate i formaggi con gli albumi, montati, un pizzico di sale e di pepe e le erbette aromatiche tritate finemente. Versate il composto negli stampini e infornate i tortini in forno già caldo a 160 °C per 20-25 minuti, o comunque fino a doratura. Sfornate e lasciate intiepidire, quindi sformate e servite.

Dischetti al semolino e gamberi su fonduta alla crescenza

Ingredienti (per 4 persone)

750 cl di latte
200 g di semolino
100 g di burro; 2 tuorli
10 code di gambero già sgusciate
100 g di crescenza
1 cucchiaio di erba cipollina tritata
parmigiano grattugiato
noce moscata; sale e pepe

vi servono inoltre

1 limone
scaglie di parmigiano

Preparazione

1. In una casseruola scaldate il latte. Unite il burro, un pizzico di sale, di pepe e di noce moscata. Versate a pioggia il semolino e, mescolando in continuazione, portate a cottura fino ad addensamento. Spegnete e lasciate intiepidire. Incorporate 100 g di parmigiano, i tuorli, l'erba cipollina e sei code di gambero, tritate.

2. Stendete il composto ottenuto in una teglia da forno (da 20x30 cm e alta 1 cm); lasciate raffreddare a temperatura ambiente. Con un coppapasta tondo ricavate tanti dischetti, sistemateli nella teglia, formando dei cerchi concentrici, e spolverizzateli con due cucchiai di parmigiano grattugiato. Infornate e fate gratinare per circa 10 minuti, o comunque fino a doratura.

3. Intanto preparate la fonduta: in un pentolino fate sciogliere a bagnomaria la crescenza. Distribuite i dischetti gratinati nei piatti da portata, irrorateli con la fonduta, guarnite con zeste di limone, scaglie di parmigiano e le code di gambero restanti, e servite.

Spalla di agnello ripiena di pecorino con crema alla crescenza

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 spalla di agnello disossata da 1,5 kg
100 g di pecorino romano grattugiato
2 spicchi di aglio
4 carciofi
1 rametto di menta
1 rametto di rosmarino
1/2 bicchiere di vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la crema di crescenza

300 g di crescenza
50 ml di latte

Preparazione

1. Mondate i carciofi ed eliminate le foglie esterne più dure e l'eventuale fieno, quindi fateli a spicchi sottili; in una padella fateli saltare velocemente con due cucchiai di olio, un mestolino di acqua, uno spicchio di aglio, schiacciato, e un pizzico di sale. Spegnete e tenete da parte.

2. Aprite la spalla disossata e cospargete con il pecorino, l'aglio restante, tagliato a fettine, e le fogliolinedi menta; salate, pepate, arrotolate la carne e legatela con spago da cucina. In una padella fate scaldare un filo di olio con il rosmarino, disponete il rotolo di carne, salate e fatelo rosolare bene da tutti i lati.

3. Sfumate con il vino bianco e proseguite la cottura in forno caldo a 160 °C per circa un'ora. Nel frattempo fate fondere la crescenza con il latte su fuoco dolce e mescolate fino a ottenere una crema liscia. Togliete la carne dal forno e fatela riposare per 5 minuti, quindi tagliatela a fette. Distribuite la crema nei piatti da portata, sistemate sopra i carciofi e le fette di agnello, pepate, guarnite con il rosmarino e servite.

In libreria
"I dolci fatti in casa":
da Monica Bianchessi
tante ricette facili
e veloci per dolci
supergolosi! (Sitcom
Editore, 19,90 euro).

Torta di riso e robiola al limone

Ingredienti

per la frolla

500 g di farina 00
(più altra per spolverizzare)
200 g di zucchero semolato fine
300 g di burro
4 tuorli
la scorza grattugiata di 1 limone
1 pizzico di sale

per il ripieno

200 g di riso Vialone nano
1 l di latte
100 g di zucchero; 2 uova
100 g di robiola
la scorza grattugiata di 1 limone
1 pizzico di sale

Preparazione

1. Per la frolla: con l'aiuto di un mixer da cucina amalgamate la farina con il burro, freddo e tagliato a pezzetti, fino a ottenere un composto bricioloso. Aggiungete i tuorli, la scorza del limone, lo zucchero e il sale, e amalgamate ancora. Formate una palla, avvolgetela con la pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.

2. Per il ripieno: scaldate il latte con la scorza del limone grattugiata e un pizzico di sale. Appena accennerà il bollore, versate il riso, mescolate e lasciate cuocere a fuoco dolce, in modo che assorba bene tutto il latte. Quando raggiungerà la consistenza di un risotto denso, togliete la casseruola dal fuoco, unite lo zucchero e amalgamate. Lasciate intiepidire e incorporate anche le uova e la robiola.

3. Stendete due terzi della pasta frolla su un foglio di carta forno infarinato e foderate una tortiera (da 33 cm di diametro). Farcite con il ripieno di riso, stendete il resto della frolla su un foglio di carta forno, ben infarinato, e con una rotella dentellata ricavate tante strisce. Sistematele in frigorifero e fate riposare per mezz'ora: sarà più facile staccarle senza romperle.

4. Sistemate le strisce sul ripieno, in modo che ne sia quasi totalmente ricoperto, e infornate a 170 °C per 30-40 minuti. Sfornate e servite la crostata tiepida o fredda.

Licenza di FRIGGERE

CALDA, DORATA E FRAGRANTE, LA FRITTURA È UN PECCATO DI GOLA CHE, DI TANTO IN TANTO, CI SI PUÒ CONCEDERE "A CUOR LEGGERO"... PAROLA DELLO CHEF STELLATO LELE USAI CHE, CON LA SUA TECNICA SAPIENTE, CUCINA UN FRITTO PERFETTO, ASCIUTTO E LEGGERO, E SOLLETICA LE NOSTRE PAPILLE GUSTATIVE CON CREATIVITÀ

a cura della redazione; ricette di LELE USAI* - foto e styling di ELISA ANDREINI

CONSIGLI PER UN FRITTO PERFETTO

- utilizzate olio extravergine di oliva oppure olio di semi di arachide: sono i migliori perché sopportano temperature elevate;
- friggete pochi pezzi alla volta così da non abbassare la temperatura del grasso: maggiore è lo shock termico del cibo, minore l'assorbimento dell'olio;
- munitevi di un termometro per tenere sotto controllo la temperatura che non deve mai superare il punto di fumo (la temperatura massima che un grasso può raggiungere prima che inizi a deteriorarsi). La temperatura più indicata per friggere è 170-180 °C;
- altrettanto importante è dove friggere. La padella più adatta è quella di ferro, perché permette un riscaldamento dell'olio più graduale, oppure quella di acciaio.
- una volta pronta la padella con l'olio, dovrete essere rapidi. Organizzatevi per un lavoro a catena: sistemate uno dopo l'altro i piatti con le pastelle e con gli ingredienti da immergere;
- asciugate bene i cibi prima di friggerli per non farli scoppiettare;
- mettete vicino al fornello un vassoio o un piatto rivestito con un foglio di Cartapaglia: in questo modo l'olio in eccesso verrà completamente assorbito.

Involtini primavera di tonno

(pag. 146)

*Lele Usai è, insieme a Claudio Bronzi, lo chef del ristorante "Il Tino" di Ostia (una stella Michelin). La sua è una cucina creativa, fresca e giovane, fondata sulla qualità delle materie prime e sulla stagionalità dei prodotti.

Involtini primavera di tonno

Ingredienti (per 4 persone)

2 fogli di pasta fillo
500 g di filetto di tonno
20 g di salsa di soia
2 cipollotti
4 coste di rabarbaro
80 g di panna acida
20 g di zucchero
40 g di aceto rosso
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tritate al coltello il filetto di tonno e condite la tartare ottenuta con la salsa di soia. Mescolate e lasciate insaporire per qualche minuto. Nel frattempo mondate e fate a pezzetti i cipollotti, quindi sbollentateli in acqua bollente per appena due minuti. Scolateli e tenete da parte.

2. Stendete la pasta fillo e ricavate tanti quadrati; distribuite al centro la tartare di tonno, adagiate sopra i cipollotti e arrotolate fino a ottenere un involtino. Proseguite a realizzare gli altri involtini fino a esaurimento degli ingredienti. Trasferite in freezer (o in abbattitore) e fate congelare.

3. Tagliate le coste di rabarbaro in quadratini da mezzo cm e fateli cuocere in un pentolino con un filo di olio e lo zucchero per circa 5 minuti, su fiamma dolce. Bagnate con l'aceto e lasciate sfumare. Aggiustate di sale e profumate con una macinata di pepe, quindi spegnete e tenete da parte. Condite la panna acida con un pizzico di sale e di pepe.

4. Scaldate abbondante olio di semi in padella (alla temperatura di circa 170 °C), immergete gli involtini congelati e friggeteli; quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su Cartapaglia, per assorbire l'olio in eccesso. Portate in tavola e servite gli involtini, accompagnandoli con il rabarbaro e la panna acida.

Tartare di manzo croccante con pompelmo e maionese alla liquirizia

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di filetto di manzo
16 fette sottilissime di pane raffermo
2 pompelmi
2 tuorli
1 g di polvere di liquirizia
1/2 limone
150 g di olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tritate il filetto al coltello e condite la tartare ottenuta con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Con un coppapasta ricavate otto medaglioni di tartare. Con lo stesso coppapasta, ricavate dal pane raffermo 16 sfoglie di pane della stessa dimensione dei medaglioni e realizzate otto sandwich.

2. In una padella scaldate un filo di olio extravergine di oliva (la quantità dovrà essere sufficiente a immergere solo lo strato di pane), disponete i sandwich e friggeteli da un lato; quando saranno ben dorati, girateli delicatamente con una spatola e fate cuocere anche l'altro lato. Scolateli e fateli asciugare su Cartapaglia, per assorbire l'olio in eccesso.

3. Spremete il succo dei pompelmi e grattugiate la scorza. Condite il succo e la scorza con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Raccogliete tutto in un contenitore di acciaio e trasferite in freezer per 2-3 ore, mescolando di tanto in tanto con una frusta per rompere i cristalli di ghiaccio, fino a ottenere una granita.

4. Nel frattempo preparate la maionese alla liquirizia: nel bicchiere del frullatore raccogliete i tuorli e montate, unendo a filo l'olio di semi di arachide, fino a ottenere una maionese cremosa e omogenea. Condite la maionese con il succo e la scorza grattugiata del limone, la polvere di liquirizia e un pizzico di sale e di pepe.

5. Distribuite i sandwich nei piatti da portata (due per ciascuna porzione), accompagnate con una quenelle di granita al pompelmo e un cucchiaio di maionese, e servite.

Il segreto dello Chef

Friggere gli involtini da congelati permette di avere uno strato croccante e cotto all'esterno e una parte interna cruda, fredda e succosa. Dopo averli fritti, se il cuore è troppo freddo, passate gli involtini in forno per appena due minuti.

ALICE TV

Lele Usai sarà in onda dal 23 marzo con il programma "FRITTO E CONTENTO". Tutti i giorni alle 19.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Tartare di manzo croccante con pompelmo e maionese alla liquirizia

Mazzancolle in tempura con patate al lime

Ingredienti (per 4 persone)

16 mazzancolle
200 g di farina di riso
200 g di amido di mais
300 g di patate
2 lime
1 ciuffo di menta
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale pepe

Preparazione

1. Sgusciate le mazzancolle ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. In una ciotola miscelate la farina di riso e l'amido di mais, e mescolando in continuazione versate a filo l'acqua, gassata e ben fredda, necessaria a ottenere una pastella fluida e omogenea.

2. Sciacquate accuratamente le patate e raccoglietele in una casseruola; coprite con l'acqua, salate, mettete sul fuoco e lessatele con tutta la buccia. A cottura ultimata, scolatele e lasciatele intiepidire. Con uno schiacciapatate schiacciate la polpa e raccoglietela in una ciotola. Condite con il succo e la scorza grattugiata dei lime, un filo di olio extravergine e un pizzico di sale e di pepe.

3. Scaldate abbondante olio di semi di arachide in padella (a una temperatura di circa 180 °C), passate le mazzancolle nella pastella e poi immergetele nell'olio. Friggetele e, quando saranno ben dorate, scolatele e fatele asciugare su Cartapaglia, per assorbire l'olio in eccesso.

4. Disponete le mazzancolle nei piatti da portata, accompagnate con due quenelles di purea di patate, guarnite con la menta tritata e servite.

DI COCCIO!

DI COLORE ROSSASTRO E TIPICA DEL MEDITERRANEO, LA GALLINELLA, CHIAMATA COCCIO IN DIALETTO LAZIALE, HA CARNI BIANCHE, COMPATTE E CON POCHE SPINE. IDEALI DA SCOTTARE VELOCEMENTE IN PADELLA O DA CUOCERE IN FORNO, PER MANTENERE INALTERATA TUTTA LA LORO BONTÀ, E DA ABBINARE A FRAGRANTI PRIMIZIE DI STAGIONE

a cura della redazione; ricette di MICHELE CHINAPPI (Ristorante Chinappi di Formia - Latina); indicazioni e tabelle nutrizionali di Giuseppe Nocca; foto e styling di ELISA ANDREINI

Gallinella o coccio: la denominazione "coccio" è una accezione dialettale corrispondente a diverse specie di pesce "povero" comuni nelle coste del mar Mediterraneo, ma mai riportata in etichetta; più corretta è la denominazione di gallinella, ma anche in questo caso la legge italiana con tale termine, eventualmente seguito da altri diciture (per esempio atlantica, orientale…), identifica ben dieci specie diverse, tutte appartenenti alla famiglia delle *Triglidae*. Più comune per i consumatori è il *Chelidonichthys lucernus* che si distingue per avere un capo grande e irrobustito da placche ossee. Le pinne pettorali molto lunghe, se aperte, somigliano a delle ali, con le quali la specie si sposta sul fondo. Vive su fondali sabbiosi a circa 100 metri, dove si riproduce tra fine inverno e inizio primavera; viene catturato sia con palangari sia con reti a strascico, anche se lo strascico danneggia eccessivamente le carni pregiate.

Valutazione sensoriale: il menu si contraddistingue per i sapori ora dolci ora più decisi, ma perfettamente bilanciati; nel primo piatto la sapidità e la delicatezza della gallinella si armonizzano con la grassezza e il sapore robusto del pecorino, spolverizzato a caldo. L'aggiunta del brodetto di pesce amalgama i sapori di mare. Nella gallinella scottata la crema di piselli e patate si connota per la sua dolcezza e morbidezza, in parziale contrasto con la sapidità del pesce; in tutte le preparazioni la scelta dell'olio extravergine delle colline pontine apporta una piacevole nota fruttata.

ABBINAMENTO A TUTTO PASTO: RIBOLLA GIALLA DEL COLLIO GORIZIANO O COLLIO DOC

Il territorio del Collio in Friuli conferisce alla Ribolla un tenue colore paglierino, a tratti con vivaci riflessi verdognoli e dorati più o meno intensi. I profumi fruttati sono netti e intensi, con buona acidità, poco corposo e con un gusto morbido di mandorla.

* VIVE SU FONDALI SABBIOSI A CIRCA 100 METRI, DOVE SI RIPRODUCE TRA FINE INVERNO E INIZIO PRIMAVERA...

Rigatoni con gallinella pecorino e pesto leggero di basilico

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di rigatoni
400 g di filetti di gallinella già puliti
40 g di pecorino
1 patata già lessata
1 spicchio di aglio
40 cl di vino bianco
1 ciuffo di prezzemolo
1 ciuffo di basilico
brodetto di pesce
olio extravergine di oliva
(preferibilmente delle colline pontine)
sale

Preparazione

1. Preparate un pesto di basilico: nel bicchiere di un frullatore raccogliete la patata già lessata, tagliata a dadini, e il basilico; condite con un pizzico di sale e frullate unendo a filo l'olio necessario a ottenere un pesto cremoso. Tenete da parte.

2. In una padella fate rosolare lo spicchio di aglio con un filo di olio; eliminate l'aglio e aggiungete i filetti di pesce, tagliati a tocchetti. Lasciate cuocere per appena un minuto, quindi bagnate con un mestolo di brodetto caldo e il vino. Fate cuocere per una decina di minuti fino a ottenere una salsa mediamente addensata. Regolate di sale e profumate con il prezzemolo tritato.

3. A parte lessate la pasta in acqua leggermente salata; scolatela al dente e trasferitela direttamente in padella. Aggiungete qualche cucchiaio di pesto, tenendone da parte un po' per la guarnizione finale, e mantecate per un minuto, bagnando con un goccio di acqua di cottura della pasta per regolarne la consistenza. Impiattate, spolverizzate con il pecorino grattugiato e completate con il pesto tenuto da parte. Guarnite con altre foglioline di basilico e servite.

Gallinella scottata su crema di piselli e pomodorini secchi (pag. 154)

SCUOLA DI CUCINA

Gallinella scottata su crema di piselli e pomodorini secchi

Ingredienti (per 4 persone)

4 gallinelle di medie dimensioni
200 g di piselli freschi
200 g di patate già sbucciate
60 g di pomodorini secchi sott'olio 1 cipolla
olio extravergine di oliva
(preferibilmente delle colline pontine); sale

1

PULITE IL PESCE
Aiutandovi con un paio di forbici, eliminate le pinne e la coda della gallinella; con un coltello ben affilato praticate un taglio lungo il ventre ed eliminate le interiora, quindi sciacquatela accuratamente sotto l'acqua corrente. Tagliate infine la testa.

2

QUINDI SFILETTATELO
Sempre con l'aiuto di un coltello ben affilato, tagliate il pesce a metà, seguendo la lisca centrale e procedendo dalla testa verso la coda, e ricavatene i filetti. Eliminate infine la lisca centrale.

SCOTTATE I FILETTI DA UN LATO
In una padella antiaderente fate scaldare un filo di olio; disponete i filetti di pesce e fateli rosolare leggermente da un lato.

4 GIRATE E COMPLETATE LA COTTURA

Con l'aiuto delle pinze, girate delicatamente i filetti di gallinella, facendo attenzione a non romperli. Lasciate cuocere anche l'altro lato per pochi minuti, quindi spegnete e tenete da parte in caldo.

CUOCETE LE VERDURE

Tagliate a dadini le patate e sbucciate e fate a pezzetti la cipolla; lessate i piselli, le patate e la cipolla in poca acqua leggermente salata. Una volta cotti, prelevateli con un mestolo forato e lasciateli scolare bene.

6 FRULLATELE

Raccogliete le verdure lessate in una ciotola e con un frullatore a immersione iniziate a frullare unendo a filo l'olio necessario a ottenere una crema morbida e omogenea. Condite infine con un pizzico di sale.

7 IMPIATTATE TUTTO E SERVITE

Distribuite la crema di piselli nei piatti da portata e guarnite con i pomodorini secchi, tagliati a listerelle; adagiate sopra i filetti di gallinella scottati, condite con un filo di olio a crudo e servite.

Gallinella al forno con patate

Ingredienti (per 4 persone)

4 gallinelle di medie dimensioni già eviscerate
3-4 patate
1 spicchio di aglio
1-2 rametti di rosmarino
1-2 foglie di alloro
20 cl di vino bianco
1 limone
olio extravergine di oliva (preferibilmente delle colline pontine)
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le gallinelle e disponetele in una teglia, rivestita con carta forno; versate 500 g di acqua, 40 g di olio e il vino, e aggiungete i rametti di rosmarino, le foglie di alloro, l'aglio e alcune fettine di limone.

2. Sbucciate le patate, sciacquatele accuratamente e tagliatele a fette di medio spessore. Disponetele intorno alle gallinelle e condite tutto con un pizzico di sale e di pepe. Infornate a 150 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, distribuite nei piatti da portata e servite.

"Mare Nostrum", una ricca e completa guida sui pesci e sulla loro stagionalità, con gustose e prelibate ricette per gustarli al meglio (Sitcom Editore: 19,90 euro).

Gli autori di questa rubrica: da sinistra Giuseppe Nocca, lo chef Salvatore Marcia e Anna e Michele Chinappi.

VALUTAZIONE SENSORIALE-NUTRIZIONALE*

Il menu è interessante per il suo basso apporto calorico (solo 148 calorie per 100 grammi); l'apporto proteico è di poco inferiore al fabbisogno giornaliero, per questo è opportuno meditare sulla assunzione di altre proteine durante l'arco della giornata, soprattutto se di origine animale; ottimo il rapporto tra grassi di origine animale e vegetale. Il menu si distingue per un grande apporto di fosforo (ben il 60 per cento del fabbisogno giornaliero) che contribuisce alla maggiore disponibilità di energia per il metabolismo umano. Il fosforo è un elemento chimico decisamente acidificante dei tessuti, la cui azione va controbilanciata con un incremento di frutta e verdura nel corso della giornata.

***Giuseppe Nocca è docente di Scienza dell'Alimentazione presso l'IPSSAR "A. Celletti" di Formia, Latina. È socio onorario della Associazione Cuochi del Golfo di Formia ed esperto di prodotti agricoli tradizionali.**

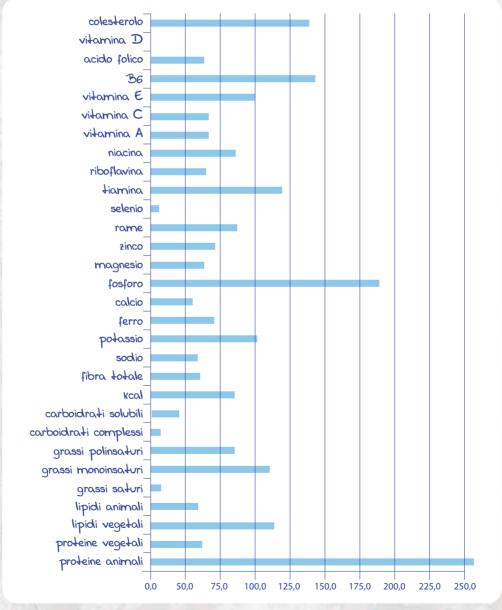



Tabella - percentuale di soddisfacimento della Dose Giornaliera Raccomandata di Nutrienti a seguito della assunzione di 300 grammi di un menu composto da rigatoni con gallinella pecorino e pesto; gallinella scottata su crema di piselli; gallinella al forno con patate (fonte dati: Banca Dati Istituto europeo di Oncologia IEO e INRAN).

cernia scalogno uova
rombo timo ricotta
gamberi burrata pepe
orata carciofi scalogno

CI METTO LA FARCIA

DICE: PASTA RIPIENA, E IL PIÙ DELLE VOLTE IL PENSIERO VA A FARCE RICCHE PREPARATE CON CARNI, FORMAGGI, VERDURE. EPPERÒ, ANCHE I RIPIENI A BASE DI MARE HANNO PIÙ DI UN PERCHÉ. COME DIMOSTRANO LE RICETTE DEL GRANDE NOSARI, UNO CHE IN QUANTO A FARCIA… TOSTA? NO, GOLOSA! NON È CERTO SECONDO A NESSUNO!

di FMB - foto di SABRINA ROSSI

Ravioli di cernia su crema di pachino

(pag. 160)

ALICE TV

Gianluca Nosari è in onda con il programma "BUONGIORNO IN CUCINA" tutti i giorni alle 7.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Ravioli di cernia su crema di pachino

Ingredienti per 4 persone

per la pasta
300 g di farina
(più altra per la spianatoia)
3 uova; sale

per il ripieno
800 g di filetti di cernia
1 scalogno; 2 uova
1 bicchiere di vino
1 cucchiaio di pangrattato
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per il condimento
500 g di pomodorini pachino
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Setacciate la farina sulla spianatoia e fate la classica fontana. Unite al centro le uova e un pizzico di sale, e sbattete con una forchetta unendo man mano un po' di farina. Quindi, passate a impastare con le mani fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Dategli forma di palla, coprite con un canovaccio e lasciate riposare per mezz'ora.

2. Per il ripieno: pulite i filetti di cernia, eliminando pelle ed eventuali lische residue. Tagliate a tocchetti i filetti di cernia. Tritate lo scalogno e fatelo appassire in una padella con un filo di olio. Aggiungete la dadolata di pesce e fate cuocere per 5 minuti. Bagnate con il vino e fate evaporare. Levate e lasciate intiepidire.

3. Raccogliete la dadolata nel bicchiere del mixer, unite le uova e il pangrattato, profumate con un po' di prezzemolo tritato e una macinata di pepe, e frullate. Regolate di sale e amalgamate ancora.

4. Riprendete l'impasto, lavoratelo brevemente sulla spianatoia infarinata e stendetelo in una sfoglia sottile. Distribuite il ripieno su metà della sfoglia, coprite con l'altra sfoglia e premete bene attorno al ripieno per eliminare l'aria. Con un coppapasta a forma di pesciolino ritagliate tanti ravioli. Man mano che sono pronti, disponeteli ad asciugare sulla spianatoia infarinata.

5. Sbollentate i pomodorini per un paio di minuti. Scolateli, pelateli, tagliateli a metà ed eliminate i semi e l'acqua di vegetazione, quindi tagliateli a pezzetti. Scaldate un filo di olio in una padella con lo spicchio di aglio, schiacciato. Eliminate quest'ultimo, aggiungete i pomodorini a pezzetti, salate e fateli saltare a fuoco medio per 5 minuti. Levate, frullate fino a ottenere una crema e rimettete in padella.

6. Lessate i ravioli in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolateli bene al dente e saltateli un minuto nella padella con il sugo, portate in tavola e servite.

Ravioli di rombo con cozze e vongole

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
300 g di farina (più altra per la spianatoia)
3 uova; sale

per il ripieno
600 g di filetti di rombo
1 patata già lessata
1 rametto di timo
1 spicchio di aglio; ricotta
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per il condimento
500 g di cozze già pulite
500 g di vongole già spurgate
10 pomodorini
1 ciuffo di prezzemolo
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Preparate la sfoglia come nella ricetta precedente. Per il ripieno: tagliate a tocchetti il rombo. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio, schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite la dadolata di pesce e fate saltare per 5-6 minuti. Sfumate con 1/2 bicchiere di vino, levate e lasciate intiepidire, quindi schiacciate tutto con una forchetta.

2. Passate la patata allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola. Unite il pesce e un cucchiaio di ricotta e amalgamate. Profumate con una macinata di pepe e con un po' di timo, regolate di sale e amalgamate.

3. Distribuite noci di ripieno a intervalli regolari su metà sfoglia, coprite con l'altra metà, premete tutt'attorno alle noci di ripieno e con una rotella dentata ricavate i ravioli. Man mano che sono pronti, disponeteli sulla spianatoia infarinata.

4. Raccogliete cozze e vongole in una padella con un filo di olio e l'aglio, schiacciato. Incoperchiate e fate aprire le conchiglie a fuoco vivace. Poco prima del termine, profumate con un po' di prezzemolo tritato. Quindi levate, sgusciate i molluschi, tenendone da parte qualcuno nella conchiglia, filtrate il liquido di cottura e tenete tutto da parte.

5. Sbollentate i pomodorini, scolateli, pelateli, eliminate semi e acqua di vegetazione e fateli a spicchi. Scaldate un filo di olio in una padella, aggiungete i pomodorini e fateli cuocere a fuoco medio per pochi minuti. Regolate di sale e di pepe. Lessate i ravioli in acqua bollente e salata.

6. Scolate i ravioli al dente, trasferiteli nella padella con i pomodorini, unite i molluschi sgusciati e un mestolino del liquido di cottura e padellate per un paio di minuti. Distribuite i ravioli nei piatti individuali, completate con i molluschi nelle conchiglie, tenuti da parte, guarnite con qualche fogliolina di prezzemolo e servite.

In libreria "Le mie stagioni". oltre 80 ricette supergustose, divise stagione per stagione! Per una volta, per Gianluca Nosari, non c'è solo il mare! (Sitcom Editore, 19,90 Euro).

Ravioli di rombo con cozze e vongole

Fiori di burrata e gamberi

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
300 g di farina (più altra per la spianatoia)
3 uova; sale

per il ripieno
10 gamberi
350 g di burrata
sale e pepe

per il condimento
8 gamberi; 1 porro
1 bustina di zafferano
1 ciuffo di prezzemolo
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Preparate la sfoglia come al solito. Per il ripieno: frullate la burrata, raccoglietela in un colino e lasciatela sgocciolare per una mezz'ora. Sgusciate i gamberi, eliminate il filamento scuro dell'intestino e tagliateli a dadini. Raccogliete la dadolata in una ciotola, unite la burrata frullata e amalgamate. Profumate con una macinata di pepe, regolate di sale e amalgamate ancora.

2. Distribuite il ripieno preparato su metà della sfoglia di pasta a intervalli regolari. Piegate l'altra metà per coprire e premete tutt'intorno alle noci di ripieno. Quindi con un coppapasta rotondo a forma di fiore del diametro di 4-5 cm ritagliate tanti ravioli. Man mano che sono pronti, disponeteli ad asciugare sulla spianatoia infarinata.

3. Sgusciate i gamberi ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. Mondate il porro tenendo solo la parte bianca. Affettatelo sottilmente e fatelo rosolare in una casseruola con un filo di olio. Bagnate con un bicchiere di vino e lasciate sfumare; aggiungete lo zafferano, sciolto in un mestolino di acqua, e fate cuocere per altri 5 minuti. Levate e frullate tutto con il mixer a immersione. Aggiustate di sale.

4. Unite i gamberi sgusciati e completate la cottura per altri 2-3 minuti. Intanto lessate i fiori di burrata e gamberi in abbondante acqua bollente e leggermente salata. Scolateli al dente e trasferiteli nella padella con il condimento. Profumate con un po' di prezzemolo tritato, padellate un minuto e servite.

Ravioli di orata e carciofi

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di farina
(più altra per la spianatoia)
1 ciuffo di prezzemolo
3 uova; sale

per il ripieno

600 g di filetti di orata già puliti
3-4 carciofi; 1 scalogno
1 ciuffo di prezzemolo
vino bianco; olio extravergine di oliva; sale e pepe

per la crema di scampi

800 g di scampi
1 dl di passata di pomodoro
1 spicchio di aglio
panna fresca; brandy
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Preparate la sfoglia come al solito. Per il ripieno: mondate i carciofi, tenendo solo il cuore e 2 cm di gambo, e tagliateli a spicchi. Tritate lo scalogno e fatelo appassire in una casseruola con l'olio. Aggiungete i carciofi e lasciateli insaporire per una decina di minuti.

2. Unite i filetti di orata, tagliati a pezzetti, e fate cuocere per 3-4 minuti. Bagnate con il vino bianco e lasciate sfumare. Profumate con un po' di prezzemolo e una macinata di pepe, regolate di sale e completate la cottura per 3-4 minuti. Levate e lasciate raffreddare, quindi frullate tutto.

3. Tagliate la sfoglia in quadrati di circa 8 cm di lato. Farcite ogni quadrato con un po' del ripieno, ripiegate a triangolo e sigillate i bordi. Man mano che sono pronti, disponeteli ad asciugare sulla spianatoia infarinata.

4. Sgusciate gli scampi eliminando testa e carapace. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite gli scampi e lasciateli insaporire per un paio di minuti.

5. Sfumate con 1/2 bicchiere di brandy, unite la passata e proseguite la cottura per qualche minuto. Levate e lasciate intiepidire. Unite 2-3 cucchiai di panna e frullate tutto fino a ottenere una crema ben omogenea. Regolate di sale e di pepe. Lessate i ravioli in acqua bollente e leggermente salata. Scolateli al dente, conditeli con la crema di scampi, profumate con un po' di prezzemolo tritato e servite.

Uova a SORPRESA

LE UOVA DI CIOCCOLATO SI TRASFORMANO IN SCRIGNI GHIOTTI E PREZIOSI. UNA VOLTA "SCOPERTI", SVELANO ALL'INTERNO VOLUTTUOSE CREME E GANACHE, ALTERNATE A STRATI DI FRAGRANTE BISCOTTO O MERINGA. TUTTI REALIZZATI, STEP BY STEP, DAL MAÎTRE CHOCOLATIER GIANLUCA ARESU

di **EMANUELA BIANCONI**
ricette e decorazioni di **GIANLUCA ARESU**
foto e styling di **ELISA ANDREINI**

Uovo al latte meringato

Ingredienti

per la chantilly francese
500 g di panna al 38% di grassi
50 g di zucchero a velo; 1 bacca di vaniglia

per i bastoncini di meringa
100 g di albume; 200 g di zucchero; zucchero a velo

per la ganache fondente
250 g di panna; 315 g di cioccolato fondente
50 g di sciroppo di glucosio 42-44DE

vi servono inoltre
100 g di cioccolato al latte; gocce di cioccolato fondente; cacao amaro in polvere

Preparazione

1. Fate sciogliere il cioccolato al latte a bagnomaria e poi temperatelo su un piano di marmo. Con un batuffolo di cotone lucidate uno stampo per uova in policarbonato (foto A), colate il cioccolato (foto B) e, aiutandovi con una spatola, capovolgete lo stampo per eliminare quello in eccesso (foto C). Trasferite in frigorifero e fate rapprendere per il tempo necessario affinché si stacchi da solo. Una volta rappreso, levate, sformate (foto D) e tenete da parte.

2. Per la chantilly: montate la panna con lo zucchero a velo e i semi della bacca di vaniglia. Per i bastoncini: in una planetaria schiumate l'albume; aggiungete lo zucchero, versandolo delicatamente, e continuate a montare. Con un sac à poche (con bocchetta liscia numero 6) create tante strisce su un foglio di carta forno (foto E).

3. Spolverizzate le strisce con zucchero a velo e infornate a 90-100 °C per circa 5 minuti, o comunque fino a completa asciugatura. Per la ganache: in un pentolino scaldate la panna con lo sciroppo di glucosio. Versate sul cioccolato, tritato, ed emulsionate fino a rendere il composto liscio e omogeneo. Fate raffreddare portando il composto a 24 °C (foto F).

4. Per il montaggio: con un sac à poche create uno strato di chantilly sul fondo dell'uovo; cospargete con qualche goccia di cioccolato fondente e terminate con la ganache fondente (foto G) e qualche bastoncino di meringa. Con una bocchetta gianduia coprite con un po' di chantilly e di ganache (foto H), qualche bastoncino di meringa e qualche goccia di cioccolato. Spolverizzate con un po' di cacao, adagiate sopra la seconda metà dell'uovo, senza chiuderlo, e servite.

Uovo mimosa fondente

Ingredienti

per la crema zabaione al marsala
200 g di zucchero
125 g di tuorli
45 g di farina
250 g di marsala fine
8 g di rum

per il biscotto al cioccolato
80 g di tuorli
120 g di albumi
100 g di zucchero
80 g di farina
20 g di cacao amaro in polvere

per la base semifreddo
250 g di tuorli pastorizzati
325 g di zucchero

per la mousse al cioccolato fondente
100 g di base semifreddo
125 g di cioccolato fondente
225 g di panna semimontata

per la bagna mimosa al marsala
100 g di marsala fine
zucchero

vi servono inoltre
80 g di cioccolato fondente
100 g di fragole

Preparazione

1. Preparate l'uovo con il cioccolato fondente, come da scuola di pag. 165. Per la crema: sbattete i tuorli con lo zucchero, aggiungete la farina e poi versate il marsala, precedentemente riscaldato con il rum (**foto A**). Amalgamate, mettete sul fuoco e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino ad addensamento.

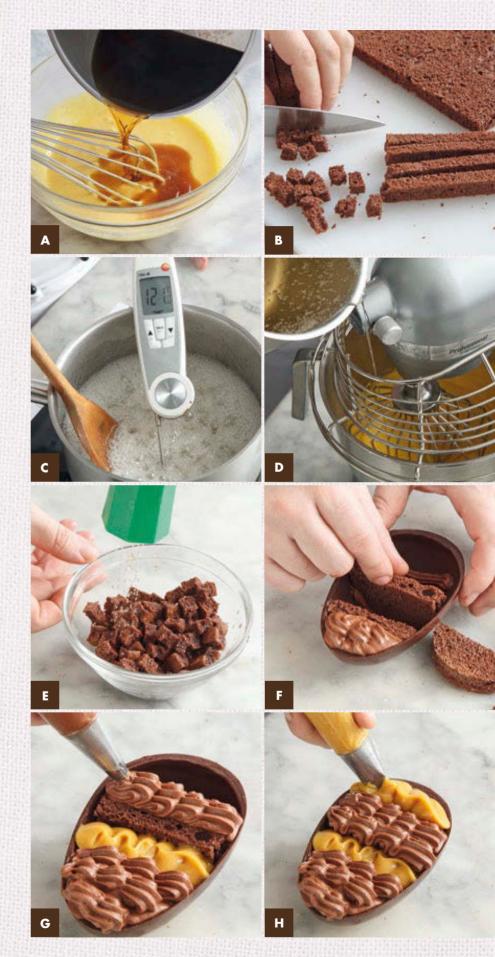
2. Per il biscotto: in una planetaria montate gli albumi con lo zucchero; versate a filo i tuorli e incorporate delicatamente a mano la farina e il cacao, precedentemente setacciati insieme. Stendete il composto in uno stampo in silicone (con i bordi alti 1 cm). Infornate a 240 °C per qualche minuto, quindi levate e lasciate raffreddare. Ricavate qualche dischetto e alcuni cubetti (**foto B**).

3. Per la base semifreddo: in una planetaria montate i tuorli; cuocete lo zucchero con 90 g di acqua fino a portarlo alla temperatura di 121 °C (**foto C**). Versate a filo sui tuorli (**foto D**) e continuate a lavorare fino a ottenere un composto soffice e ben montato.

4. Per la mousse: fate fondere il cioccolato alla temperatura di 45 °C, unite due cucchiai di panna semimontata e mescolate energicamente con una frusta. Incorporate delicatamente la base semifreddo e infine la panna semimontata. Per la bagna: portate a bollore 200 g di acqua con 270 g di zucchero fino a ottenere uno sciroppo; pesatene 250 g, aggiungete 75 g di acqua e il marsala, e mescolate. Bagnate i cubetti di biscotto con la bagna (**foto E**).

5. Tagliate un dischetto a metà; con una bocchetta gianduia realizzate uno strato di mousse fino a raggiungere la sommità dell'uovo. Disponete all'interno le due metà del dischetto, utilizzando un pochino di mousse per farle aderire (**foto F**). Completate alternando la mousse alla crema zabaione (**foto G** e **H**). Coprite la mousse con i cubetti di biscotto e guarnite con le fragole a pezzetti. Adagiate sopra la seconda metà dell'uovo, senza chiuderlo, e servite.

Uovo opéra

In libreria "50 sfumature di cioccolato", il libro di Gianluca Aresu, tutto dedicato a questo peccaminoso ingrediente (LT Editore, 19,90 euro).

Ingredienti

per la crema al burro al caffè
335 g di burro; 170 g di zucchero
8 g di sciroppo di glucosio
93 g di tuorli; 30 g di caffè solubile

per il biscotto alle mandorle
125 g di uova; 190 g di tpt alle mandorle (88 g di farina di mandorle e 88 g di zucchero a velo)
25 g di farina; 25 g di cacao amaro in polvere
25 g di burro fuso; 135 g di albumi; 20 g di zucchero

per la ganache opèra
200 g di panna; 240 g di cioccolato fondente
120 g di cioccolato al latte; 20 g di whisky

vi servono inoltre
100 g di caffè espresso; 270 g di zucchero
80 g di cioccolato fondente

Preparazione

1. Preparate l'uovo con il cioccolato fondente, come da scuola di pag. 165. Per la crema: fate cuocere lo zucchero e il glucosio con 50 g di acqua fino a portarli a 121 °C. In una planetaria montate i tuorli, versate a filo lo sciroppo ottenuto e proseguite a montare fino a raffreddamento. Unite il burro morbido a pezzetti (**foto A**) e il caffè solubile, e continuate a montare. Tenete da parte.

2. Per il biscotto: in una planetaria montate le uova; unite il tpt alle mandorle, la farina e il cacao, e lavorate ancora (**foto B**). A parte montate gli albumi con lo zucchero. Aggiungete il burro fuso alla montata di uova (**foto C**) e alleggerite il tutto con gli albumi. Stendete il composto in una teglia, rivestita con carta forno, e fate cuocere a 250 °C per una decina di minuti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Per la ganache: scaldate la panna e versatela sui cioccolati, tritati finemente. Emulsionate bene e aggiungete il whisky (**foto D**). Temperate la ganache su un piano di marmo e portatela alla temperatura di 23 °C (**foto E**). Per la bagna: portate a bollore 200 g di acqua con lo zucchero e fate cuocere fino a ottenere uno sciroppo. Pesatene 250 g, aggiungete 75 g di acqua e il caffè, e mescolate.

4. Per il montaggio: sul fondo dell'uovo alternate strati di ganache e crema al burro (**foto F**). Adagiate sopra il biscotto morbido al cioccolato, bagnato con la bagna al caffè (**foto G**). Ricoprite, alternando sempre la ganache con la crema al burro (**foto H**). Adagiate sopra la seconda metà dell'uovo, senza chiuderlo, e servite.

SICILIA in FESTA

FESTEGGIATE LA PASQUA NEL SEGNO DELLA TRADIZIONE SICILIANA. DAI DELIZIOSI TARTUFI AL CIOCCOLATO AGLI SFINCI DI SAN GIUSEPPE, MORBIDE FRITTELLE DI ORIGINE PALERMITANA, FINO AD ARRIVARE AGLI IMMANCABILI CANNOLI, EMBLEMA DELLA SUA PIÙ ANTICA PASTICCERIA, È TUTTO UN TRIONFO DI SAPORI, COLORI E CONSISTENZE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di FELICETTA ARGENTINO - foto di CLAUDIA CUCINELLI

Tartufi al cioccolato

(pag. 172)

• **Felicetta Argentino** è di Marzamemi, piccolo borgo in provincia di Siracusa. Grazie alla mamma Irene, cresce con una grande passione, quella per la cucina. E diventa una cuoca di ordinaria... virtù.

Gli sfinci di San Giuseppe
(pag. 172)

Tartufi al cioccolato

Ingredienti (per circa 50 tartufi)

600 g di cioccolato fondente di Modica
300 g di panna fresca
60 g di burro
1 arancia (varietà navel)
codette di cioccolato
granella di pistacchi
cacao amaro in polvere
cannella in polvere
granella di mandorle

Preparazione

1. In un pentolino raccogliete la panna, mettete sul fuoco e fate scaldare su fiamma dolce; una volta arrivata a bollore, togliete dal fuoco e unite il cioccolato fondente, tritato.

2. Trasferite il pentolino in un'altra casseruola con acqua in ebollizione e, mescolando accuratamente, fate sciogliere il cioccolato fino a ottenere un composto omogeneo. Unite il burro e la scorza grattugiata dell'arancia, e amalgamate. Spegnete, trasferite il composto in una terrina e lasciate raffreddare. Coprite con la pellicola trasparente e fate rassodare in frigorifero per 3-4 ore.

3. Trascorso il tempo di riposo, con un cucchiaio prelevate piccole quantità di composto e con le mani ben fredde realizzate tante palline grandi come noci. Disponete le codette di cioccolato, la granella di pistacchi e di mandorle, il cacao e la cannella in cinque piatti differenti.

4. Passate le palline nelle diverse panature, disponetele nei pirottini di carta e trasferitele su un vassoio. Coprite con pellicola trasparente e mettete in frigorifero. Al momento di servire, levate, eliminate la pellicola e portate in tavola.

Gli sfinci di San Giuseppe

Ingredienti (per circa 25 sfinci)

250 g di farina 00
250 ml di acqua
5 uova; 150 g di margarina (o strutto); 5 g di sale
1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio
olio di semi di girasole

per la crema all'amaretto

2 tuorli; 200 ml di latte
2 cucchiai di farina 00
2 cucchiai di zucchero
6 amaretti

per la guarnizione

scorze di arancia candita
ciliegie candide

Preparazione

1. In una casseruola raccogliete l'acqua, la margarina e il sale, mettete sul fuoco e portate a bollore. A questo punto versate a pioggia la farina e, mescolando energicamente con un cucchiaio di legno, fate cuocere fino a quando il composto non si staccherà dalle pareti della casseruola. Spegnete e lasciate intiepidire.

2. Quando l'impasto sarà diventato tiepido, incorporate le uova, uno alla volta, e infine il bicarbonato (non aggiungete altre uova se le precedenti non sono state assorbite completamente). Al termine dovrete ottenere una sorta di pastella cremosa, densa e liscia. Fate riposare per circa 2 ore.

3. In una padella scaldate abbondante olio e friggete l'impasto versandolo a cucchiaiate non troppo grandi (non friggete più di tre sfinci alla volta). Fateli cuocere per circa 15-20 minuti, avendo cura di girarli spesso fino a quando non saranno ben dorati. Scolateli, fateli asciugare su carta assorbente da cucina e lasciateli raffreddare.

4. Per la crema: portare a bollore il latte. In una terrina lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; aggiungete la farina setacciata e il latte bollente a filo, mettete sul fuoco e fate cuocere la crema, mescolando in continuazione, fino a ottenere la giusta consistenza. Togliete dal fuoco e unite gli amaretti sbriciolati; coprite con pellicola a contatto e fate raffreddare.

5. Praticate delicatamente un foro nella parte posteriore degli sfinci; con un sac à poche farciteli con la crema all'amaretto, guarniteli con le scorze di arancia e le ciliegie, e servite. In alternativa, potete farcirli con una crema di ricotta arricchita da gocce di cioccolato.

Delizia di cioccolato e nocciole

Ingredienti

250 g di nocciole già sgusciate
230 g di cioccolato fondente di Modica; 5 uova
180 g di farina 00
300 g di zucchero
60 g di gocce di cioccolato di Modica; 120 g di burro
1 pizzico di sale
zucchero a velo

Preparazione

1. Tagliate a pezzetti il cioccolato, raccoglietelo in un pentolino e fatelo sciogliere a bagnomaria con il burro, mescolando di tanto in tanto, fino a ottenere una consistenza cremosa e vellutata. In una terrina lavorate le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

2. Aggiungete il cioccolato fuso e, un po' alla volta, la farina setacciata e il sale. Amalgamate ancora e unite infine le gocce di cioccolato e le nocciole, tritate. Versate il composto in una tortiera (da 28 cm di diametro), rivestita con carta forno, e infornate a 200 °C per circa 30 minuti. Quando i bordi saranno diventati un pochino scuri e il centro sarà ancora morbido, sfornate e lasciate intiepidire. Sformate, spolverizzate con zucchero a velo e servite a fette.

Delizia di cioccolato e nocciole

Cannoli siciliani

Ingredienti

per i cannoli

400 g di farina 00
70 g di strutto (o burro morbido)
2 tuorli; 1 albume; 60 g di zucchero
1 cucchiaio di cacao amaro in polvere
1 cucchiaino di caffè in polvere
1 pizzico di sale; 60 ml di marsala
60 ml di aceto bianco

per il ripieno

500 g di ricotta di pecora
200 g di zucchero a velo
100 g di zucchero
50 g di gocce di cioccolato; 1 albume
zucchero a velo; granella di pistacchi
scorze di arancia candita
olio di semi di arachide

vi servono inoltre

cilindri di acciaio per cannoli

Preparazione

1. Per i cannoli: fate la classica fontana con la farina setacciata, unite al centro tutti gli altri ingredienti e lavorate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa un'ora.

2. Passate la ricotta al setaccio, raccoglietela in una ciotola e lavoratela con i due zuccheri fino a ottenere una crema liscia e omogenea; aggiungete le gocce di cioccolato e trasferite in frigorifero.

3. Trascorso il tempo di riposo, stendete l'impasto per i cannoli con un matterello fino a ottenere una sfoglia sottile; ricavate dei quadrati di circa 10-12 cm, spennellate le due estremità con l'albume e avvolgeteli intorno ai cilindri di acciaio, leggermente unti di olio (non chiudeteli troppo stretti).

4. Scaldate abbondante olio di semi e friggetevi i cannoli; quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. Fateli raffreddare, quindi sfilateli delicatamente. Al momento di servire, raccogliete la crema di ricotta in un sac à poche e farcite i cannoli. Guarnite con filetti di arancia, cospargete con granella di pistacchi e zucchero a velo, e portate in tavola.

Genovesi

Ingredienti

per la sfoglia
250 g di farina 00
250 g di farina di grano duro
200 g di zucchero
200 g di strutto (o burro morbido)
1 limone
1/2 cucchiaino di lievito per dolci
2 uova

per la crema pasticciera
500 ml di latte; 150 g di zucchero
2 tuorli; 40 g di farina
1 limone

per la decorazione
zucchero a velo

Le genovesi possono essere farcite anche con una crema di ricotta: passate al setaccio 500 g di ricotta di pecora e lavoratela con 200 g di zucchero fino a ottenere una crema morbida; aggiungete infine 50 g di scaglie di cioccolato di Modica, mescolate accuratamente e trasferite in frigorifero fino al momento di utilizzarla.

Preparazione

1. Per la sfoglia: setacciate e miscelate le due farine in una terrina, quindi aggiungete lo zucchero, lo strutto, le uova, la scorza del limone grattugiata e il lievito. Impastate bene aggiungendo l'acqua necessaria a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno un'ora.

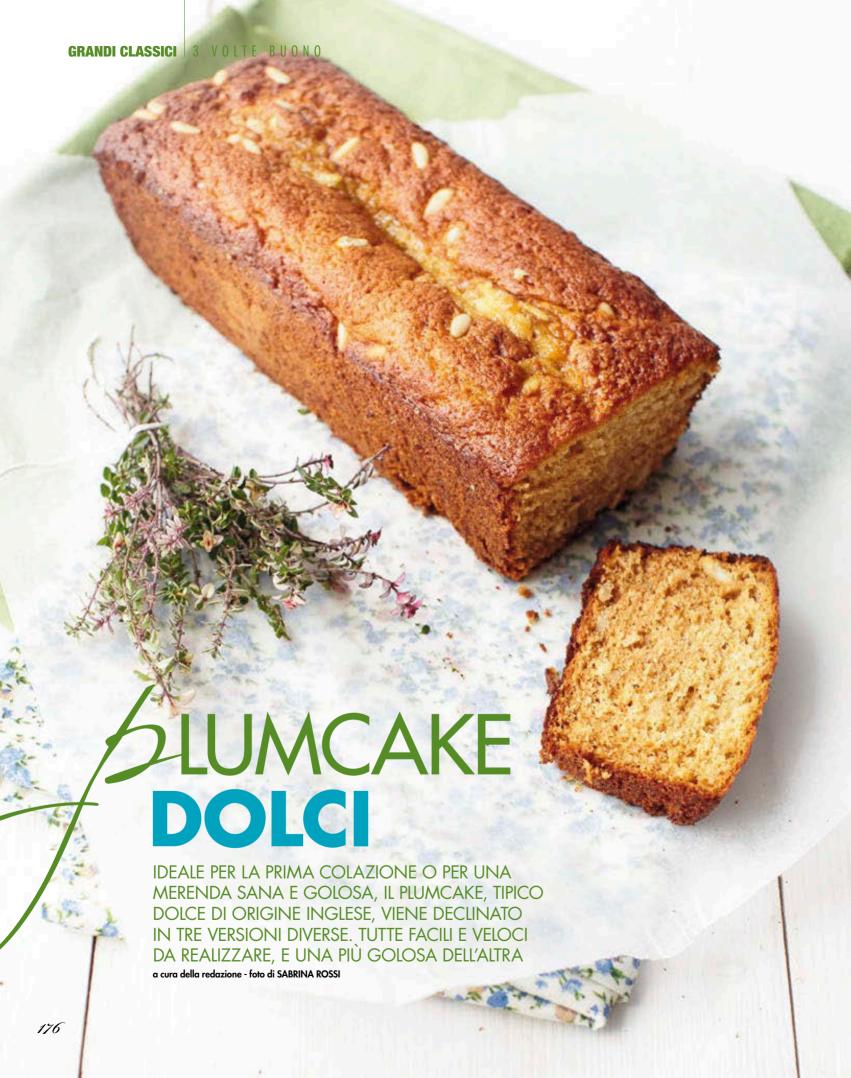
2. Preparate la crema pasticciera: lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; aggiungete la farina setacciata e la scorza del limone grattugiata, amalgamate accuratamente e versate a filo il latte caldo. Trasferite il composto in un tegame, mettete sul fuoco e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino ad addensamento. Spegnete e fate raffreddare.

3. Trascorso il tempo di riposo, stendete l'impasto con il matterello fino a ottenere una sfoglia spessa un cm. Ricavate tanti quadrati (da 10 cm di lato), disponete la crema pasticciera sulla metà di ogni quadrato (circa due cucchiai), piegate l'altra metà e premete bene per sigillare i bordi.

4. Con uno stampino ritagliateli a mezzaluna, facendo attenzione a non far fuoriuscire il ripieno, e disponete le genovesi in una teglia, rivestita con carta forno. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Sfornate, spolverizzate con zucchero a velo e servitele ben calde.

PLUMCAKE DOLCI

IDEALE PER LA PRIMA COLAZIONE O PER UNA MERENDA SANA E GOLOSA, IL PLUMCAKE, TIPICO DOLCE DI ORIGINE INGLESE, VIENE DECLINATO IN TRE VERSIONI DIVERSE. TUTTE FACILI E VELOCI DA REALIZZARE, E UNA PIÙ GOLOSA DELL'ALTRA

a cura della redazione - foto di SABRINA ROSSI

Plumcake con miele pinoli e timo

Ingredienti

250 g di farina
100 g di zucchero di canna grezzo
100 g di pinoli già pelati
2 uova; 4 cucchiai di miele
12 cl di latte fermentato
(oppure stessa quantità di latte fresco con qualche goccia di succo di limone)
qualche rametto di timo
1/2 cucchiaino di cannella in polvere
1/2 bustina di lievito per dolci
10 cl di olio extravergine di oliva
burro; sale

Preparazione

1. In una ciotola lavorate le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; unite l'olio, il miele e il latte fermentato, e mescolate. Incorporate la farina, poca alla volta, i pinoli, la cannella, un pizzico di sale e il timo. Aggiungete infine il lievito e mescolate delicatamente.

2. Imburrate uno stampo da plumcake e versate il composto. Fate cuocere in forno già caldo a 180 °C per circa 40 minuti. Sfornate, lasciate raffreddare e sformate.

Plumcake alla fecola di patate e cioccolato

Ingredienti

100 g di fecola di patate
100 g di zucchero vanigliato
100 g di cioccolato fondente
100 g di burro
(più altro per lo stampo)
3 uova
latte

Preparazione

1. In una terrina lavorate il burro e lo zucchero fino a ottenere un composto morbido e cremoso. Separate i tuorli dagli albumi e incorporate i primi nel composto di burro e zucchero. Aggiungete, a cucchiaiate alternate, il cioccolato grattugiato e la fecola.

2. A parte montate gli albumi a neve ben ferma e incorporateli al composto mescolando dal basso verso l'alto (se necessario aggiungete un pochino di latte). Imburrate uno stampo da plumcake, versate l'impasto e fate cuocere in forno già caldo a 180 °C per circa 45 minuti. Sfornate, lasciate raffreddare, sformate e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Plumcake marmorizzato cioccolato e mandorle

Ingredienti

180 g di farina
170 g di zucchero
150 g di burro
(più altro per lo stampo)
50 g di mandorle a lamelle
75 g di cioccolato fondente
3 uova
5 cl di latte parzialmente scremato
2 cucchiai di cacao amaro in polvere
1/2 bustina di lievito per dolci
zucchero a velo
sale

1 FATE SCIOGLIERE IL CIOCCOLATO

Fate sciogliere il burro nel microonde e grattugiate il cioccolato grossolanamente. In un pentolino scaldate il latte e fatevi sciogliere il cacao e il cioccolato fondente. In una ciotola lavorate le uova con lo zucchero fino a quando diventeranno chiare e spumose.

2 UNITELO A METÀ IMPASTO

Incorporate la farina, setacciata con il lievito, il burro, fuso e fatto raffreddare, e un pizzico di sale. Dividete l'impasto in due parti uguali: aggiungete a una parte il latte al cioccolato e mescolate accuratamente.

3 AGGIUNGETE LE MANDORLE ALL'ALTRA METÀ

Unite all'impasto bianco le lamelle di mandorle e amalgamate accuratamente. Se l'impasto risultasse troppo duro, potete diluire con un goccio di latte.

4 NELLO STAMPO E IN FORNO

Imburrate uno stampo da plumcake e versatevi i composti, alternandoli. Per ottenere un effetto marmorizzato più evidente, mescolate leggermente con una forchetta i due impasti. Fate cuocere in forno già caldo a 180 °C per circa 20 minuti, quindi sfornate e lasciate raffreddare. Sformate, spolverizzate con zucchero a velo e servite.

per i PULCINI di CASA

DALLA RICETTA DI UN PAN DI SPAGNA INFALLIBILE ED ESTREMAMENTE VERSATILE, ECCO UNA DELIZIA DI PASQUA FARCITA CON MORBIDA CREMA PASTICCIERA E DECORATA CON PULCINI E FIORELLINI DI ZUCCHERO. PERFETTA PER LASCIARE A BOCCA APERTA I “PULCINI” DI CASA (E A BOCCA CHIUSA I GENITORI…)

a cura della redazione; ricetta di MARIA ELENA CURZIO - foto e styling di ELISA ANDREINI

Cupola di Pasqua

Ingredienti

per il pan di Spagna
4 uova
1 bustina di lievito per dolci
zucchero
farina
burro

per la crema
2 tuorli
50 g di burro
1 bicchierino di limoncello
300 ml di latte
1 limone
fecola di patate
zucchero

per la bagna
250 g di zucchero
limoncello (eventuale)

per la decorazione
pasta di zucchero (bianca, rosa e azzurra)
uova di zucchero colorate
tagliabiscotti (a forma di fiorellino e di pulcino)

Preparazione

1. Preparate il pan di Spagna il giorno precedente: pesate le uova intere, con il guscio, e prendete la stessa quantità di farina; per lo zucchero calcolate invece lo stesso peso delle uova meno 10 grammi. In una ciotola lavorate le uova con lo zucchero e 100 ml di acqua a temperatura ambiente fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

2. Unite lentamente la farina, setacciata con il lievito, e amalgamate ancora fino a ottenere un composto omogeneo e spumoso. Imburrate bene uno stampo per zuccotto, versate all’interno il composto e infornate a 180 °C per circa 20-25 minuti (fate la prova con lo stecchino per verificare la cottura). Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare.

3. Nel frattempo preparate la crema: in una casseruola raccogliete i tuorli, due cucchiai abbondanti di zucchero, il burro, due cucchiai abbondanti di fecola di patate, la scorza grattugiata del limone, il limoncello e il latte; aiutandovi con una frusta, amalgamate accuratamente tutti gli ingredienti a freddo.

4. Mettete la casseruola sul fuoco e, mescolando in continuazione, fate cuocere fino a ottenere una crema vellutata e ben addensata. Levate, trasferite in una ciotola, coprite con pellicola trasparente a contatto e fate raffreddare in frigorifero per circa un’ora.

5. Preparate la bagna: in un pentolino raccogliete lo zucchero e 250 ml di acqua; mettete sul fuoco e fate sciogliere dolcemente, quindi levate, lasciate raffreddare e aggiungete eventualmente un goccio di limoncello.

6. Passate alla decorazione: sformate la cupola di pan di Spagna e, con un coltello ben affilato, svuotate delicatamente la parte centrale; bagnate l’interno con la bagna e poi farcite con la crema. Chiudete con uno strato di pan di Spagna ricavato dalla parte tolta. Tagliate la sommità della cupola e da questa ricavate un piccolo nido. Adagiate all’interno del nido le uova di zucchero.

7. Stendete la pasta di zucchero bianca e quella colorata, e con le apposite formine ricavate tanti pulcini e tanti fiorellini. Decorate la cupola con i pulcini e i fiorellini, applicandoli con un pochino di crema, e infine guarnite con ciuffi di crema. Portate in tavola e servite.

Vola l'APE GAIA

VOLETE REALIZZARE GOLOSI BISCOTTINI A FORMA DI APETTA? SEGUITE STEP BY STEP LA CAKE DESIGNER ROXANA MARA LICHE

a cura della redazione; ricetta e decorazione di ROXANA MARA LICHE - foto e styling di ELISA ANDREINI

In libreria "Dolci decorazioni", ovvero il cake design secondo Valentina Gigli. Oltre 50 ricette, step di preparazione, tecniche di base e molto altro ancora. (Sitcom Editore,19,90 euro).

Biscotti al cocco e miele

Ingredienti

300 g di farina
100 g di miele
50 g di farina di cocco
150 g di zucchero a velo
150 g di burro
1 pizzico di lievito chimico
1 uovo

vi servono inoltre

pasta di zucchero (bianca e gialla)
ghiaccia reale (bianca e nera)
miele
tagliapasta (a forma di esagono e fiorellino)

Preparazione

1. Fate la classica fontana con la farina; unite al centro il burro a dadini, il miele, la farina di cocco, lo zucchero, il lievito e l'uovo, e impastate veloce fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per un'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta a uno spessore di 5 mm e ricavate con l'apposito tagliapasta tanti esagoni. Disponeteli in una teglia, rivestita con carta forno, infilatevi gli stecchi di legno e infornate a 170 °C per 10 minuti. Sfornateli e fateli raffreddare completamente prima di toglierli dalla teglia.

3. Stendete la pasta di zucchero gialla e con lo stesso tagliapasta ricavate tanti esagoni, quindi "incollateli" sui biscotti con un goccio di miele (**foto A**). Preparate due palline di pasta di zucchero gialla (una più grande dell'altra); allungate leggermente quella più grande facendo una parte a punta (il pungiglione dell'ape) e incollatevi quella più grande che sarà la testa (**foto B**).

4. Raccogliete la ghiaccia reale in un cornetto di carta forno e realizzate tante strisce sulle apette e infine gli occhi (**foto C**). Stendete la pasta di zucchero bianca, ritagliate un fiorellino bianco e dividetelo a metà. Con un coltellino fate due incisioni sui lati dell'ape (**foto D**) e con la ghiaccia reale bianca incollate le due ali. Quando l'ape sarà completamente asciutta, con la ghiaccia reale applicatela sul biscotto e lasciate rapprendere completamente.

* Roxana Mara Liche
è decoratrice e cake designer.
Il suo blog è blog.alice.tv/cakebyrox.

I LIBRI DI LT EDITORE

NOVITÀ

GUSTO E BENESSERE

Cosa si intende per cucina del benessere? Alcuni vi risponderanno che è una cucina fatta di materie prime di qualità, altri pensano che debba essere esclusivamente a crudo o con cotture veloci, altri attribuiscono ad alcuni alimenti delle proprietà medicinali. Per quanto riguarda Chiara Manzi, direttore scientifico di Art joins Nutrition Academy, nessuna di queste teorie è completamente valida. Pochi i precetti fondamentali su cui si basa la sua "teoria": le proprietà dei singoli ingredienti, le giuste quantità e come influiscono cotture e abbinamenti.

LT Editore - 18,00 euro

ACCADEMIA MONTERSINO

Luca Montersino

Il talento di Luca Montersino, chef e maestro pasticciere di fama internazionale, si mostra in una veste inedita: una scuola di cucina di base. Dopo il successo dei volumi di pasticceria, lo chef si lancia in una nuova sfida: dalle tecniche di base ai piatti più tipici della tradizione italiana. Il tutto condito dalla maestria dell'autore che in Accademia Montersino svela i trucchi e i segreti del mestiere. Oltre 50 ricette, step fotografici di tutte le preparazioni, box con trucchi, consigli e tecniche

LT Editore - 24,90 euro

Il libro **Accademia Montersino** è **Vincitore** del Premio **Gourmand World Cookbook 2014** per l'Italia nella categoria Best Food Professional Book e **Candidato** per la prossima assegnazione nella categoria *"Best in the World"*

IL LIBRO DEL TORTELLO

Passione pasta ripiena… un classico ghiotto e gustoso che piace a tutti! Con il nuovo libro di LT Editore scoprirete che preparare la pasta in casa può essere più facile di quanto crediate e sicuramente vi darà più soddisfazione che sceglierla dal banco del supermercato! Ravioli, tortelli, cappellacci e chi più ne ha più ne metta! Le istruzioni per una pasta all'uovo perfetta e tutte le varianti per le varie tipologie di preparazione. Forme e impasti di ogni tipo che racchiudono ripieni di carne, verdure e pesce e tantissimi sughi e salse per accompagnare al meglio dei primi piatti da re!

LT Editore - 14,90 euro

L'ARTE DELLA TAVOLA

Regole (e deroghe) di mise en place e composizione di menu, secondo i massimi esperti di ospitalità e galateo: lo staff preposto al servizio di sala e al banqueting del Palazzo del Quirinale. Dall'apparecchiatura dei pasti giornalieri a quella dei pranzi di Stato, la parola ai nostri contributors d'eccezione, che abbiamo amichevolmente soprannominato"la compagnia del Colle" .

LT Editore - 24,90 euro

PASSIONE PIZZA

Il nostro territorio ha bisogno di persone di cuore, d'amore, di passione: questa è la filosofia di Antonino Esposito, executive pizza maker. L'autore condivide con i lettori tutta la passione e le tecniche, maturate in anni di esperienza e collaudate nei suoi seguitissimi corsi professionali e amatoriali. Nel volume, la scuola di cucina con tutte le tecniche e gli step fotografici per un impasto ad hoc, oltre a tantissime ricette per tutte le occasioni. Inoltre, sfiziosi menu per ottimizzare quantità e impasto nelle varie occasioni, tutto sempre guidato dalla scelta di ingredienti di primissima qualità.

LT Editore - 18,00 euro

QUADERNI DIARI DI VIAGGIO

In libreria trovate tutti i titoli arretrati della collana, per non perdere nessuna uscita della rivista dedicata alle regioni e città più belle, ma anche ai mille modi per viaggiare e girare il mondo. Gli alberghi più belli, i migliori ristoranti, le specialità gastronomiche, lo shopping trendy e l'artigianato più tipico, con tutti gli indirizzi e le novità! Focus dei luoghi da non perdere e tutti gli eventi in agenda per conoscere in modo approfondito la vostra meta ed emozionarvi ancor prima di partire. Qualche idea per la primavera? Gite fuori porta con i Weekend enogastronomici e brevi viaggi nelle capitali d'Europa con Londra e Parigi.

LT Editore - 4,90 euro

MILLEFOGLI

di LUISA SBROSCIA

IL GRANDE LIBRO DELLA CUCINA

Carlo Spinelli

Dagli arancini siciliani ai piatti speziati thailandesi, dal cheeseburger alla torta di manioca: un grande manuale di cucina che propone oltre cento ricette provenienti da tutto il mondo con interessanti aneddoti sulle origini e sugli ingredienti di ciascun piatto.

24 ORE Cultura - 39,90 euro

SEMPLICEMENTE BUONO

Giorgia Di Sabatino

Bastano pochi e semplici ingredienti per realizzare piatti gustosi ed economici al tempo stesso. Le ricette con il pane, le conserve e i piatti della tradizione, per grandi e piccoli: molto si può fare in cucina con un po' di fantasia e con un occhio al risparmio.

De Agostini - 13,90 euro

PIRAMIDI E PENTOLE

Marta Bergogno
Generoso Urciuoli

Gli Egizi attribuivano una grande valenza al cibo. Tra i tanti oggetti, solevano mettere nei corredi funerari un'anatra arrosto. Un viaggio attraverso i geroglifici per scoprire cosa e come mangiavano gli appartenenti a questa grande civiltà, un approccio gastronomico alla grammatica egizia.

Ananke - 13 euro

IL SEGNO GOURMET DI... MARZO

 AMORE LAVORO

PESCI
20 Febbraio - 20 Marzo

Già il rendervi conto che in certe occasioni non avete colto la palla al balzo è il primo passo per passare alle giuste offensive, con la certezza che saprete rimettere in pari le situazioni che vi intrigano. Il Sole vi dà energia e Nettuno consente di voltar pagina su questioni ormai superate.
Amore: la capacità di sostenervi reciprocamente con la persona del cuore è magica, unica, piena di pathos e di slancio amoroso.
Lavoro: la fase attuale è molto trainante sotto il profilo degli incassi, delle proposte che vi faranno e che sarebbero premianti finanziariamente. È lusinghiero aver acceso l'interesse di ditte e persone assai stimate.
Astrocenate con: vi piaceranno i piatti unici, un mix di pietanze sublimi, da gustare con la complicità dell'amato/a.

ARIETE
21 Marzo - 20 Aprile

Sarà un mese speciale, vitale, curioso, goloso e spumeggiante.
Amore: si rivelerà una concreta realtà. Dunque la felicità è qui!
Lavoro: gli imput di Giove e di Saturno confermano opportunità, precisando che la durata delle iniziative sarà notevole.
Astrocenate con: mangiando di tutto e con tutti!

TORO
21 Aprile - 21 Maggio

Ottima la carica che vi dà Plutone, da spendere nel lavoro.
Amore: le vs qualità seduttive saranno speciali e acuminate come pungoli…
Lavoro: la situazione lavorativa deve essere riprogrammata…
Astrocenate con: evitando come la peste chi volesse affibbiarvi contratti e parlar solo d'affari!

GEMELLI
21 Maggio - 21 Giugno

Vitalissimo il dinamismo, forte la comunicativa, incisiva la lucidità mentale.
Amore: una splendida amicizia, colorita da un eros maliziosetto.
Lavoro: soci e collaboratori hanno opinioni da voi ritenute datate e superate...
Astrocenate con: nei frequentatissimi locali di happy hour...

CANCRO
22 Giugno - 22 Luglio

Intuitivi, sensibilissimi e con le antennine all'erta.
Amore: alcune situazioni vanno affrontate e magari precisate.
Lavoro: se certi progetti stanno arrivando a conclusione, è tempo di idearne di nuovi!
Astrocenate con: valutando le verità, i tranelli e le bugie dei vostri commensali.

LEONE
23 Luglio - 22 Agosto

Marzo sarà favoloso e produttivo al cinquecento per cento!
Amore: passione e condivisione degli stessi ideali…
Lavoro: state realizzando le idee giuste per un successo pieno.
Astrocenate con: pantagruelicamente, e con chi capisca al volo i termini tecnici che usate per il vs lavoro!

VERGINE
23 Agosto - 22 Settembre

Datevi il tempo di ricaricare le batterie un pochino esaurite.
Amore: il partner è un pochino sfuggente perché impegnato in settori che l'assorbono parecchio.
Lavoro: le vigenti alleanze vi hanno già dato il loro meglio.
Astrocenate con: gustando quel che vi piace, con chi sappia conversare piacevolmente!

BILANCIA
23 Settembre - 22 Ottobre

In una questione datevi pace: non sarà l'inizio di marzo a portarvi la vittoria sperata.
Amore: potreste avvertire i morsi della gelosia…
Lavoro: sbaraglierete con intelligenza ogni ostico impedimento!
Astrocenate con: con chi abbia giù fatto le vs esperienze e possa consigliarvi a ragion veduta.

SCORPIONE
23 Ottobre - 21 Novembre

Mettete passione e gusto in quello che fate!
Amore: Sole e Nettuno illuminano il cammino dei più comprensivi.
Lavoro: il rilancio di progetti in stand-by è la riprova che siete sempre stati all'avanguardia!
Astrocenate con: con nuovi amici e in ristorantini etnici...

SAGITTARIO
22 Novembre - 21 Dicembre

Accenderete di calore la vostra vita!
Amore: sarete molto indaffarati, ma mai troppo per non godere di chi vi ama appassionatamente.
Lavoro: le promozioni sono sempre più incalzanti…
Astrocenate con: ogni incontro sia un a festa, ogni festa una occasione di confronto...

CAPRICORNO
22 Dicembre - 20 Gennaio

Ascoltate attentamente chi ha degli appunti da muovervi.
Amore: discussioni nella vita a due...
Lavoro: cercate un valido compromesso fra le vs direttive e le necessità di chi vi sta accanto…
Astrocenate con: chi la pensi diversamente ma abbia voglia di discuterne.

ACQUARIO
21 Gennaio - 19 Febbraio

Mercurio vi rende scattanti, sbrigativi, scanzonati e sbarazzini.
Amore: dovrà esistere un legame che riesca a palleggiare gli interessi che vi appassionano.
Lavoro: puntate a formare uno staff giovane sulle moderne tecniche di comunicazione.
Astrocenate con: in maniera egregia e con il partner...

Plumcake glassato al limone con cedro candito

Ingredienti

140 g di farina 00; 2 uova; 1 limone
7 cl di panna fresca
1 cucchiaino di lievito
50 g di burro; rum; sale

per la decorazione

80 g di zucchero a velo
70 g di gelatina di albicocche
scorzette di cedro candito

Preparazione

1. In una ciotola raccogliete le uova, un pizzico di sale e la scorza di limone grattugiata, e montate leggermente con una frusta elettrica. Aggiungete la panna, la farina, setacciata con il lievito, e mescolate bene. Unite infine il burro, fuso e lasciato raffreddare, e due cucchiai di rum.

2. Versate il composto in uno stampo da plumcake, rivestito con carta forno, e cuocete in forno già caldo a 200 °C per 10 minuti. Trascorso questo tempo, abbassate la temperatura a 180 °C e proseguite la cottura per altri 35 minuti. Sfornate, sformate e lasciate raffreddare su una gratella, irrorandolo al centro con un altro goccio di rum.

3. Nel frattempo sciogliete in un pentolino la gelatina di albicocche con un cucchiaio di acqua. Preparate la glassa: diluite lo zucchero a velo con il succo del limone. Spalmate il plumcake di gelatina di albicocche, quindi velatelo con la glassa e infine guarnite con le scorzette di cedro candito, tagliate a dadini.

Foto di Raffaella Calzoni

ENOGASTRONOMIA

ASSOCIAZIONE NAZIONALE CUOCHE A DOMICILIO
via Boccea, 752 - Roma
tel. 340 4121035
www.associazionenazionalecuocheadomicilio.it

DA TAGLIAVENTO
Corso Amendola, 15a
Bevagna (pg)
tel. 0742 360897

LA MONTAGNOLA
via Roma, 11 Torgiano (Pg)
tel. 075 982962 e 335 5874094
www.lamontagnola.it

LE OFFICINE DEL GUSTO
via Conca d'Oro, 260 - Roma
tel. 392 3833293
www.officinegustoenotecaroma.com

PASTICCERIA PIEMONTESE
via Cocco Ortu, 39 - Cagliari
tel. 070 41365
www.pasticceria-piemontese.com

SAPORI DI CASA MIA
Felicetta Argentino
tel. 393 1982487
felicetta.argentino@virgilio.it

RISTORANTI

IL GROTTINO DI ZIO TOTÒ
via Don Oscar Marri, 2 - Monte Castello di Vibio (Tr)
tel. 075 8780652 e 328 9599864
www.umbriacucina.com

LA CANTINA
Via Cavour, 2 – Spello (Pg)
tel. 0742 651775
www.lacantinadispello.com

LE MANDRIE DI S.PAOLO
via Cannella, 16
loc. San Vitale - Assisi (Pg)
tel. 075 8064070 e 349 8217867
www.agriturismomandriesanpaolo.it
www.mandriesanpaolo.com

OSTERIA SCOTTADITO
Corso Amendola, 28
Bevagna (Pg)
tel. 345 2438361

RISTORANTE CHINAPPI FORMIA
via Anfiteatro, 8 - Formia (Lt)
tel. 0771 790002

TABERNA DI S. SILVESTRO
Loc. Collepino, 14 – Spello (Pg)
tel. 0742 651203 e 339 6719196
www.tavernasansilvestro.com

VINOSOFIA
Via Maddalena 1°- Spello (Pg)
tel. 0742 301777 e 346 972894
www.vinosofia.italia.com

HOTEL

AGRITURISMO MIRALDUOLO
Loc. Ferriera, 58 - Torgiano (Pg)
tel. 075 9889031 e 368 7894031
www.miralduolo.com

LE MANDRIE DI SAN PAOLO
via Cannella, 16 loc. S.Vitale - Assisi (Pg) tel.
075 8064070 e 349 8217867
www.agriturismomandriesanpaolo.it
www.mandriesanpaolo.com

VALLE DI ASSISI
via San Bernardino da Siena, 6
loc. Tordandrea - Assisi (Pg)
tel. 075 8044580
www.vallediassisi.com

IDEE CASA

ALESSI
www.alessi.it

ARTI E MESTIERI
www.artiemestieri.it

BRANDANI
www.brandani.it

LSA INTERNATIONAL
www.lsa-international.com

MAIUGUALI
www.maiuguali.it

MAUVIEL 1830
Distribuito da Maino rappresentanze
Via Giuseppe Piazzi, 1, Milano

SELETTI
www.seletti.it

VILLA D'ESTE HOME
www.villa-deste.it

ZAK! DESIGN
www.zak.com

A-D

F-O

P-U

NEL PROSSIMO NUMERO
IN EDICOLA DA FINE MARZO

Tramezzino di alici con provola pomodorino carciofi e verza

ALLEGATO IL PROSSIMO MESE AD ALICE CUCINA

Dopo il grande successo conquistato con "il Pollo", volumetto apparso in questa stessa collana nel settembre del 2011, il *gallus gallus domesticus* torna protagonista nei Colori della cucina. E lo fa da par suo in "Il Pollo - Le ricette più buone". Organizzato in sei capitoli – Pollo e gallina... con la manina; Coscia ci faccio?; Che peccato è tutto petto!; Un pollo in cucina; Polli d'Italia; Exotic and erotic – il nuovo Colore che viene dall'aia, è un vero e proprio concentrato di gusto, con tante idee e proposte di piatti irresistibili. Tutti da scoprire, ma soprattutto tutti da provare.

PRENOTALO SUBITO IN EDICOLA

A SOLI 4,40 EURO + 1 LIBRO IN OMAGGIO
(oltre al prezzo di copertina)

Menu à la carte

I PIATTI DI ALICE

CASA ALICE

Con Franca Rizzi e Daniele Persegani

Tutti i giorni, ore 18.30

I fornelli di Casa Alice, nonché di Daniele Persegani e Franca Rizzi, sono sempre accesi. Protagonista della puntata di martedì 31: la pastiera! Forse non tutti sanno che questo celebre dolce napoletano era in origine dedicato alla Pasqua. Oggi possiamo gustarlo tutto l'anno, ma abbiamo anche delle versioni moderne e più veloci, tipo quella che ci regalerà Persegani in questa puntata!

NOVITÀ!

FRITTO E CONTENTO

Con Lele Usai

Tutti i giorni, ore 19.30

Il programma più goloso di Alice ci tenta ogni giorno con tutti i tipi di fritture, salate e dolci, e ci svela i segreti per le giuste cotture, per i critici "punti di fumo" e per la corretta conservazione della parte croccante. Martedì 24 lo chef stellato Lele Usai ci prepara, con la complicità di Valentina Arrigo, uno dei suoi piatti preferiti, che unisce il gusto della frittura alla leggerezza e al profumo di agrumi: Mazzancolle in tempura con patate al lime.

NOVITÀ!

MAGIE DI CUCINA

con Fabio Campoli

Tutti i giorni, ore 20.00

Una grande novità ad Alice che vede ai fornelli uno degli chef di punta del canale: Fabio Campoli. L'inimitabile chef, con la consueta chiarezza e simpatia, propone in questo programma una serie di ricette perfettamente riproducibili anche a casa, utilizzando gli strumenti più adeguati. Lunedì 9 realizzerà degli straccetti con riso pilaf e julienne di verdure.

ALICE MASTERPIZZA

Con Antonino Esposito, Sergio Teutonico e Cristina Lunardini

Sabato, ore 21.30

Procedono ad Alice MasterPizza le sofferte eliminatorie dei pizzaioli professionisti nella gara di abilità di Antonino Esposito, qui anche in veste di giudice insieme a Sergio Maria Teutonico e Cristina Lunardini, e condotto da Ivan Bacchi. Nella splendida cornice di Sorrento, sabato 14 sarà di scena il prodotto d'eccellenza del territorio, il Provolone del Monaco, utilizzato anche in una delle prove a tema.

PECCATI DI GOLA

Con Luca Montersino

Tutti i giorni, ore 18.00

Arriva su Alice la serie di "Peccati di gola" dedicata tutta alla pasticceria mignon. A insegnarci come realizzare questi piccole e dolci prelibatezze un maestro indiscusso della pasticceria italiana, Luca Montersino che martedì 3 delizia i telespettatori con la versione mignon di un rinomato dolce francese a base di frutta: preparerà infatti un Miniclafoutis alle mele.

I CLASSICI DELLA CUCINA ITALIANA

con Mario Bacherini

Tutti i giorni, ore 16.00

Il giovane chef Mario Bacherini presenta i classici della nostra cucina famosi in tutto il mondo: dal risotto alla milanese alle melanzane alla parmigiana, dal pesto alla genovese al baccalà alla vicentina. Sabato 28 un suggerimento per un piatto di grande tradizione, adatto soprattutto al brunch pasquale: Mario propone un piatto tipicamente laziale, la coratella di abbacchio e carciofi.

GLI ORARI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI, VI CONSIGLIAMO DI VERIFICARE LA PROGRAMMAWZIONE SUL SITO WWW.ALICE.TV

visibile su digitale terrestre (canale 221)
satellite (tivùsat canale 40)
e su pc, smartphone e tablet
su www.italiasmart.tv

I MENU DEL MESE

Che Pasqua!

Fuori porta

Festa di primavera!